漢堡聖經

法國食譜天王

53種必吃漢堡配方大公開！

麵包、醬料、配菜到肉餡，
讓你輕鬆享受Brunch

Burgers!

瓦雷西・杜葉 Valéry Drouet／著
Pierre-Louis Viel／攝影 嚴慧瑩／譯



VISIT…

LANZAROTE Caliente.com

作者

瓦雷西・杜葉 Valéry Drouet

食品造型設計師，著有50多部食譜，並與多本廚藝美食雜誌合作。
12歲開始對烹飪產生濃厚興趣，17歲從飯店管理學校畢業後便投入餐飲工作，身影遍及倫敦、巴黎、盧昂及諾曼第特魯維爾的餐廳，也曾在法國度假勝地濱海博略的餐廳裡服務。
他夢想成為一名食品造型設計師，並且對撰寫食譜有興趣，因此進入巴黎一間知名攝影工作室的餐廳工作，在那裡他結識了這本書的攝影師皮耶路易・威爾。
杜葉多年來優游美食雜誌界、出版界和廣告界，除了替Saveurs、Version Femina、Cuisines Et Vins De France、L'Express Style等知名雜誌撰寫文章以外，也擔任肯德基平面廣告和電視廣告特約食品造型設計師，並且與雀巢、麥當勞等眾多食品集團合作平面廣告。
他料理成功的不二法門：自己要能煮得開心，也想讓人吃得愉快。

攝影

皮耶路易・威爾 Pierre-Louis Viel

專業美食攝影師，作品廣見Larousse出版社多本食譜廚藝書籍及各大知名雜誌。

譯者

嚴慧瑩

輔仁大學法文系畢業，法國普羅旺斯大學當代法國文學博士。譯有《憤怒軍團》、《迷離禁地》、《我生命中的街道：佛朗克的巴黎記憶》（以上皆由臺灣商務出版）、《無愛繁殖》、《情色渡假村》、《終極美味》、《地獄之門》等書。

BURGERS! BURGERS!

BURGERS! BURG

BURGERS! BURGERS!

BURGERS! BURG

BURGERS! BURGERS!

BURGERS! BURG

BURGERS! BURGERS!

BURGERS! BURG

BURGERS! BURGERS!


BURGERS!

Ciel

my
Life
my
Style

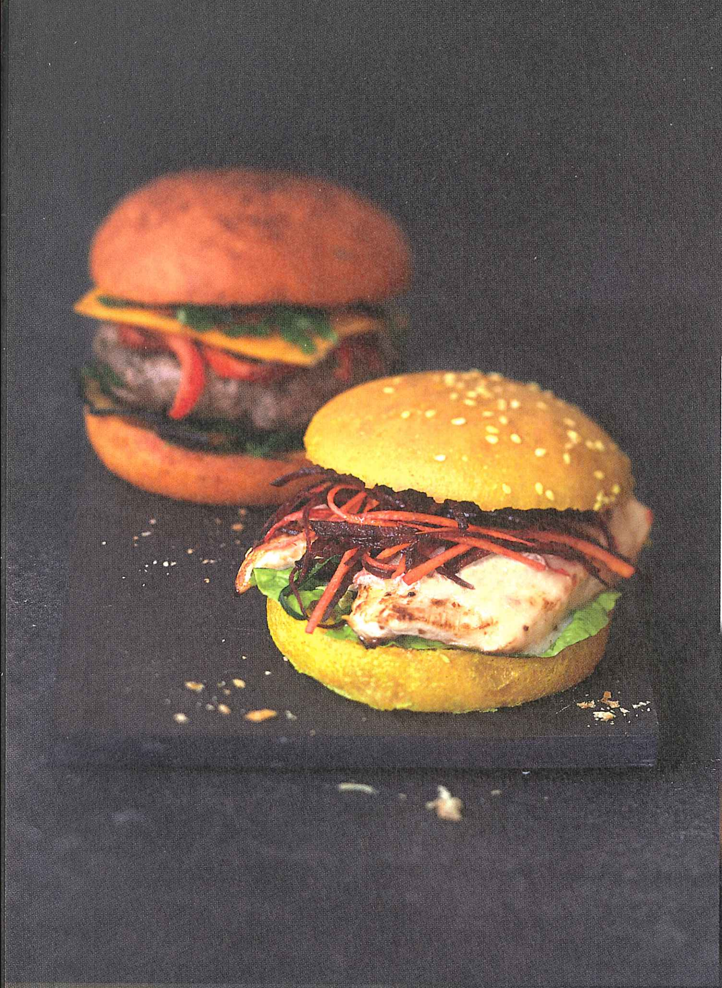


Burgers!

漢堡聖經

瓦雷西．杜葉 Valéry Drouet／著
Pierre-Louis Viel／攝影　嚴慧瑩／譯








開場白！

不論是隨口解饞或是三五好友共享一頓美食，變化萬千的漢堡、貝果和熱狗堡現在晉升為真正的美食食譜……不論是花俏還是樸實，最重要的前提是：慷慨與朋友一起分享！

生牛肉片烤蔬菜堡、脆皮雞排堡、泰式鮮蝦堡、鴨胸起司貝果，或是甜的屋比派巧克力杏仁鮮奶油堡……就算最刁的嘴、那些錯誤認為漢堡等同於垃圾食物的嘴也都臣服其下！做出美味漢堡的祕密武器就是：新鮮的食材和美味的自製醬汁（作法見 p.16-17）。

倘若時間允許，最好麵包也自己動手做（作法見 p.12-13），製作出各種形狀和各種香味的麵包（香料、香菜香草……）來妝點漢堡，再巧手撒下各式種籽：芝麻、罌粟籽……

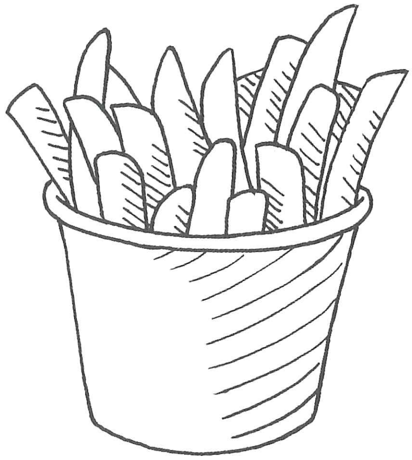
沒有時間的話，善用各種口味的小圓麵包（所有大型麵包店都買得到），或是在大賣場也看得到的各式麵包，效果也不錯。您也可以請麵包店為您「量味訂做」做出適合口味的小麵包。

無論如何，和朋友分享這些美味精緻的漢堡時，別忘了搭配上馬鈴薯餅、瑞士馬鈴薯煎餅、葡萄乾高麗菜沙拉（作法見 p.20-21），更別忘了一杯冰涼啤酒或一杯適合的葡萄美酒（作法見 p.138-139 建議酒單）。

請享用！

Valéry Drouet

目次



麵包 & 小餐包！ 10

醬汁！ 14

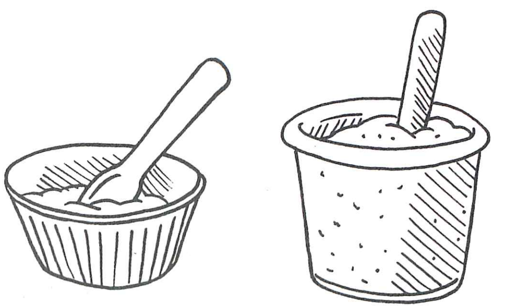
配菜！ 18

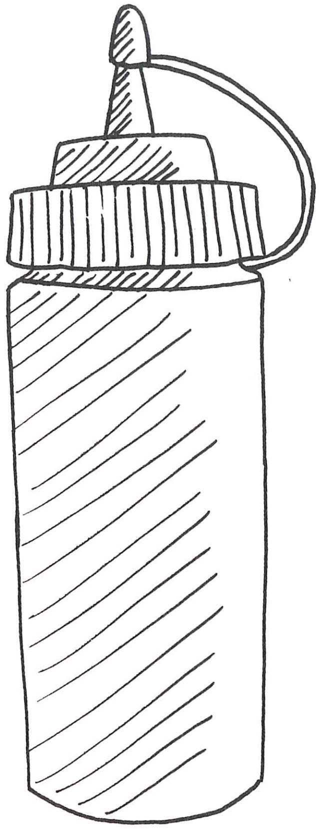
純牛肉！

» 傳統起司漢堡 Cheeseburger classique 24
» 傳統美式漢堡 L'américain classique 26
» 藍紋起司堡 Burger au bleu 29
» 三層牛肉起司堡 Triple beef au comté 30
» 德州風味墨西哥堡 Burger tex-mex 32
» 貝庸火腿牛肉堡 Burger de bœuf au Bayonne 34
» 歐陸風味堡 Burger continental 36
» 迷你堡 Mini-burgers 39
» 東方風味堡 Burger à l'orientale 40
» 泰式風味堡 Thaï burger 42
» 生牛肉片烤蔬菜堡 Burger carpaccio aux légumes grillés 44
» 山區漢堡 Mountain burger 46

雞肉 & 其他！

» 脆皮雞排堡 Burger crousti-poulet 50
» 起司雞排堡 Burger poulet-chèvre 52
» 印度風味堡 Indian burger 54
» 腰果雞排堡 Burger chicken-cajou 57
» 酸甜豬排堡 Burger de porc aigre-doux 59
» 香腸培根早餐堡 Breakfast burger 60
» 凱撒漢堡 Caesar burger 62
» 義大利風味堡 Italian burger 65
» 沙威瑪漢堡 Kebab burger 66
» 油漬鴨腿堡 Burger au confit de canard 68
» 頂級鴨漢堡 Duck chic burger 71
» 坦都里雞肉堡 Burger Tandoori 72
» 檸檬香雞堡 Burger piccata 74
» 羔羊烤肉堡 Kefta burger 76
» 蛋黃醬豬肉堡 Burger « pulled porc » 78
» 豬豬漢堡 Burger cochon 81
» 米蘭風味堡 Burger à la milanaise 82
» 辛辣香腸堡 Burger merguez 84
» 兒童漢堡 Kids burger 87





熱狗堡 & 貝果！

» 傳統熱狗堡 Hot-dog classique 108
» 西班牙臘腸熱狗堡 Hot-dog au chorizo 110
» 豬肉辣香腸熱狗堡 Hot-dog chipo 112
» 焗烤肉腸熱狗堡 Hot-dog gratiné à l'andouille 115
» 辛辣香腸洋蔥熱狗堡 Hot-dog merguez-oignons 116
» 花生雞柳熱狗堡 Hot-dog poulet-cacahuètes 118
» 培根雞蛋貝果 Bagel œuf-bacon 120
» 咖哩鮭魚貝果 Bagel saumon-curry 123
» 火雞肉起司酪梨貝果 Bagel mimo-dinde à l'avocat 124
» 鴨胸起司貝果 Bagel magret-chèvre 127
» 尼斯三明治貝果 Bagel comme un pan bagnat 128
» 酸甜沙丁魚貝果 Bagel de sardines à l'aigre-doux 130

魚類 & 蔬菜！

» 鮮魚堡 & 薯條 Burger fish & chips 90
» 泰式鮮蝦堡 Thaï burger aux crevettes 92
» 鮭魚堡 Burger au saumon 94
» 烤鮪魚堡 Burger au thon grillé 96
» 黑橄欖醬沙丁魚堡 Burger sardines-tapenade 98
» 炒蛋漢堡 Burger aux œufs brouillés 100
» 莫札瑞拉起司彩椒堡 Burger mozza-peperone 102
» 蔬菜核桃堡 Burger végétarien aux noix 105

甜漢堡！

» 屋比派巧克力杏仁鮮奶油堡 Whoopie burger au praliné 134
» 檸檬義大利杏仁餅漢堡 Amaretti burger au citron 136

搭配什麼酒？ 138

麵包 & 小餐包！

格魯耶爾起司麵包
AU GRUYÈRE



醃肉丁麵包
AUX LARDONS



橄欖麵包
AUX OLIVES



咖哩麵包
AU CURRY



西班牙臘腸麵包
AU CHORIZO



卡門貝爾起司麵包
AU CAMEMBERT



Fred 麵包
Saint-Blaise 麵包店地址 26, rue Gustave-Zurcher, 27400 Montaure



Gontran 麵包
Gontran 麵包店網址 www.gontrancherrierboulanger.com

傳統小麵包

6個小麵包的量

麵糰

- 400g 麵粉
- 8g 麵包酵母粉
- 250g 溫水
- 8g 鹽

內料（任選）

- 80g 粗切的橄欖
- 100g 先煎過的醃肉丁
- 80g 格魯耶爾起司絲
- 120g 切丁的卡門貝爾起司
- 100g 西班牙臘腸切小片
- 80g 切小片的油漬番茄
- 80g 切碎的核桃仁
- 1 大湯匙咖哩粉

裝飾（任選）

- 2 湯匙各式種籽：藏茴香、孜然、大茴香、芝麻、罌粟籽……
- 蛋黃 1 個

1. **製作麵糰：**在食物處理機攪拌盆裡混合麵粉、水、鹽和酵母粉。用攪麵棒先低速揉拌 5 分鐘，轉稍微高速繼續揉拌 8-10 分鐘。放入選用的內料。
2. 將麵糰分成 6 小份，放置烤盤上。用小刷子把以水稀釋的蛋黃刷在麵糰表面，撒上任選的種籽。讓麵糰在室溫下放置膨脹 30-45 分鐘。
3. 以 210℃ 預熱烤箱（烤度 7），烤箱內放 1 小杯水。
4. 放入麵糰烤 15-20 分鐘。
5. 烤好的麵包放涼後，小心橫切為兩半再放入夾的餡料。

> 麵包形狀可自由發揮（圓形、長方形、正方形）；內夾肉的形狀再依麵包形狀調整。

> 夾成漢堡之前先把切半的麵包烤一下，口感會更好。

> 可以買現成的夾熱狗麵包、貝果、義大利拖鞋麵包是牛奶麵包，也可以向麵包店訂製。

(漢堡專用) 的小圓麵包

6個小麵包的量

麵糰

- 500g 麵粉
- 25g 麵包酵母粉
- 300ml 溫水
- 35g 室溫放軟的奶油
- 10g 鹽

為麵包增色加味（任選）

- **黑色麵包**：滿滿 1 湯匙魷魚墨汁（請魚販預留）
- **黃色麵包**：1 小茶匙薑黃粉或咖哩粉
- **紅色麵包**：1 湯匙匈牙利紅椒粉，或 100g 切成小丁的油漬番茄，或 1 撮卡宴辣椒粉

裝飾（任選）

- 2 湯匙各式種籽：芝麻（白的或黑的）、罌粟籽、黑種草籽、南瓜籽、亞麻籽、匈牙利紅椒粉、孜然、藏茴香

1 **製作麵糰**：在食物處理機攪拌盆裡混合麵粉、水、鹽、酵母粉、奶油，並放入增色加味的材料。用攪麵棒先低速揉拌 5 分鐘，轉稍微高速繼續揉拌 8-10 分鐘。讓麵糰在攪拌盆裡靜置 30 分鐘。

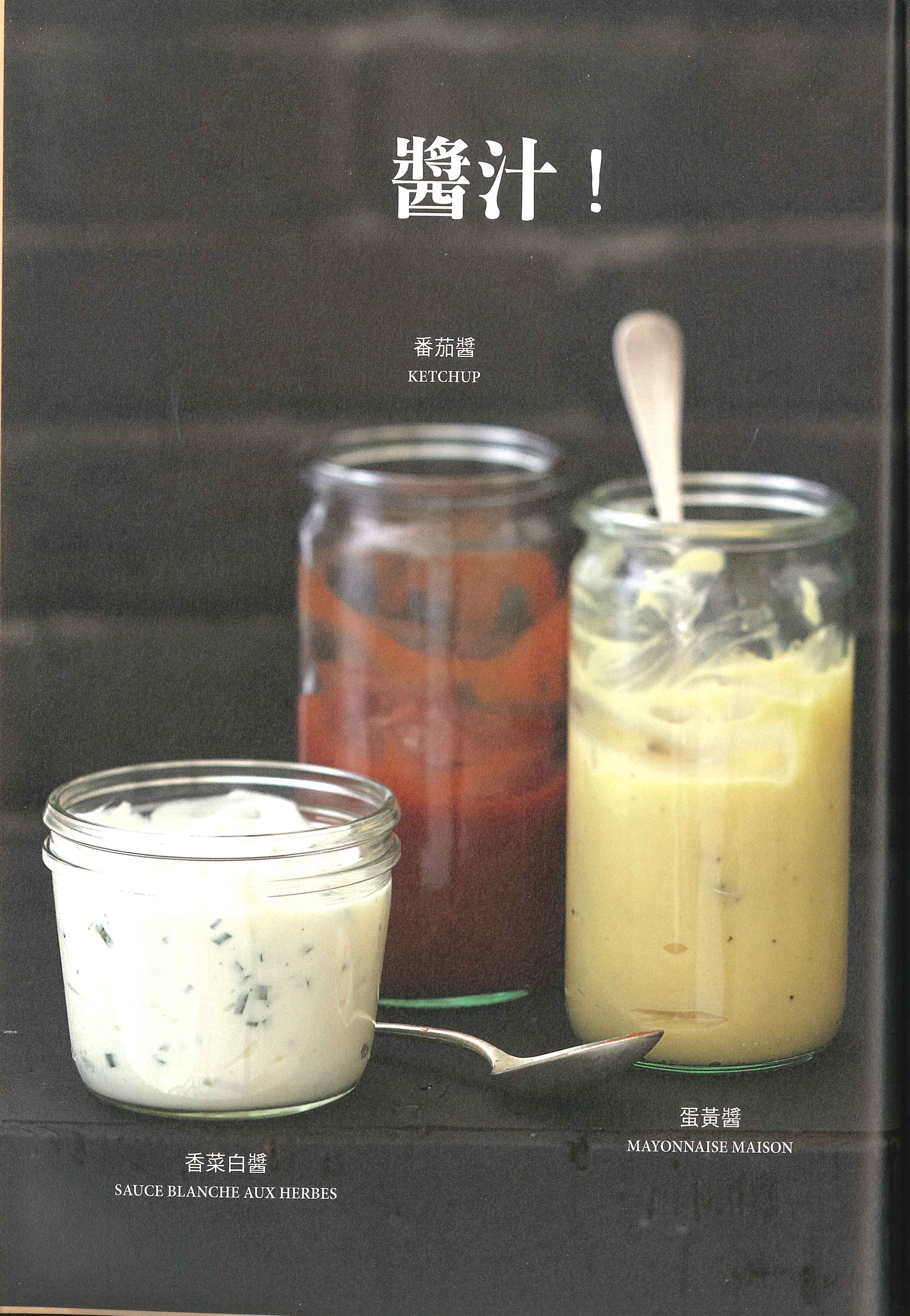
2 將麵糰分成 6 小坨，放置烤盤上。用小刷子把以水稀釋的蛋黃刷在麵糰表面，撒上任選的種籽。讓麵糰在室溫下放置膨脹 45 分鐘。

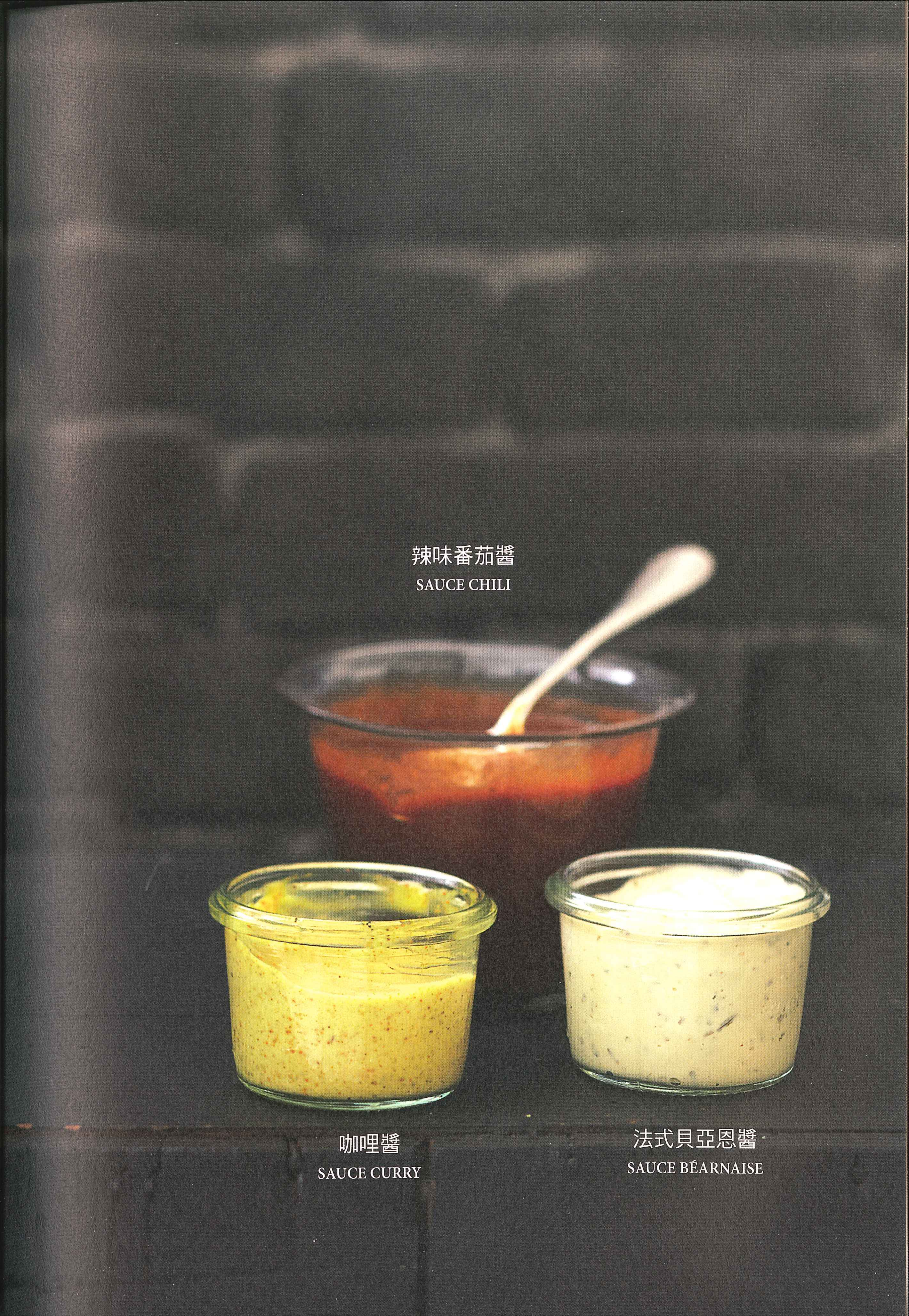
3 以 210°C 預熱烤箱（烤度 7），烤箱內放 1 小杯水。

4 放入麵糰烤 15 分鐘。

5 烤好的麵包放涼後，小心橫切為兩半再放入夾的餡料。

醬汁！


番茄醬
KETCHUP
蛋黃醬
MAYONNAISE MAISON
香菜白醬
SAUCE BLANCHE AUX HERBES


辣味番茄醬
SAUCE CHILI
咖哩醬
SAUCE CURRY
法式貝亞恩醬
SAUCE BÉARNAISE

所有醬料都是6人份

香菜白醬

- 120g 白起司或 1 個希臘式優格
- 2 湯匙蛋黃醬
- 1 撮卡宴辣椒粉
- 1 顆切碎的蒜頭
- 1 顆切碎的紅蔥頭
- 1 把切碎的細香蔥
- 鹽、現磨胡椒

1 在碗裡混合白起司和蛋黃醬。加入細香蔥、蒜頭、紅蔥頭和辣椒粉。加鹽、胡椒，混合均勻。

2 放冰箱冷藏。

咖哩醬

- 150g 蛋黃醬
- 1 平茶匙咖哩粉
- 1 湯匙咖哩泥
- 2 湯匙萊姆汁
- ½ 把芫荽（可加可不加）

1 在碗裡混合蛋黃醬和咖哩粉，加入咖哩泥和萊姆汁，最後再加入切碎的芫荽。

2 放入冰箱冷藏。

番茄醬

- 500g 熟透的番茄
- 1 個切碎的洋蔥
- 1 顆切碎的蒜頭
- 1 撮紅辣椒粉
- 100ml 酒醋
- 100g 細砂糖
- 鹽、現磨胡椒

1 洗淨番茄，去籽後切小塊，放進鍋裡，加入糖、醋、洋蔥、蒜頭、紅辣椒粉、鹽和胡椒。小火煮 1.5-2 小時，不時攪拌一下。

2 醬汁用細篩篩過，放涼。

想調出重口味的番茄醬，可在煮醬時加入 1/2 支去籽辣椒或 2 湯匙的 Tabasco 辣醬。

蛋黃醬

- 1 個蛋黃
- 1 大湯匙芥末醬
- 1 湯匙酒醋
- 200ml 植物油
- 鹽、現磨胡椒

1 在碗裡混合蛋黃和芥末醬。徐徐倒入植物油，不斷攪拌。加入鹽和胡椒。

2 最後加進酒醋。

> 以這蛋黃醬為基底，可隨您口味變化出各種版本！

辣味番茄醬

- 100g 番茄醬
- 2 顆切碎的紅蔥頭
- 1 條去籽切碎的紅辣椒
- 3 湯匙醬油
- 2 湯匙威士忌
- 25g 蔗糖

1 鍋裡放入紅蔥頭和辣椒，加入番茄醬和其餘材料，混合後中火煮 10 分鐘。

2 以攪拌器攪碎，放涼備用。

法式貝亞恩醬

- 4 個蛋黃
- 60g 切碎紅蔥頭
- 2 湯匙切碎的龍蒿
- 150ml 白醋
- 250g 奶油
- 1 茶匙黑胡椒
- 鹽、現磨胡椒

1 切小塊的奶油小火隔水加熱 15-20 分鐘，避免攪動。以漏勺或湯匙撈掉奶油融化後表面的雜質（酪蛋白和乳清），取得澄清奶油。

2 鍋裡不加油乾炒黑胡椒、1 湯匙龍蒿、醋和紅蔥頭。加入 2 個蛋黃和 2 湯匙冷水。小火乾炒攪拌 6-8 分鐘直到攪拌成像沙巴庸蛋黃奶油醬一般的醬汁。慢慢注入澄清奶油，持續攪拌。加鹽和胡椒。

3 醬汁用細篩篩過。最後再加入剩下切碎的龍蒿。

配菜！

馬鈴薯餅
GALETTE DE POMMES DE TERRE

瑞士馬鈴薯煎餅
RÖSTIES



洋蔥圈
ONION RINGS

紐奧良綜合香料馬鈴薯
POTATOES AUX ÉPICES CAJUN

芥末蛋黃醬芹菜葡萄柚沙拉

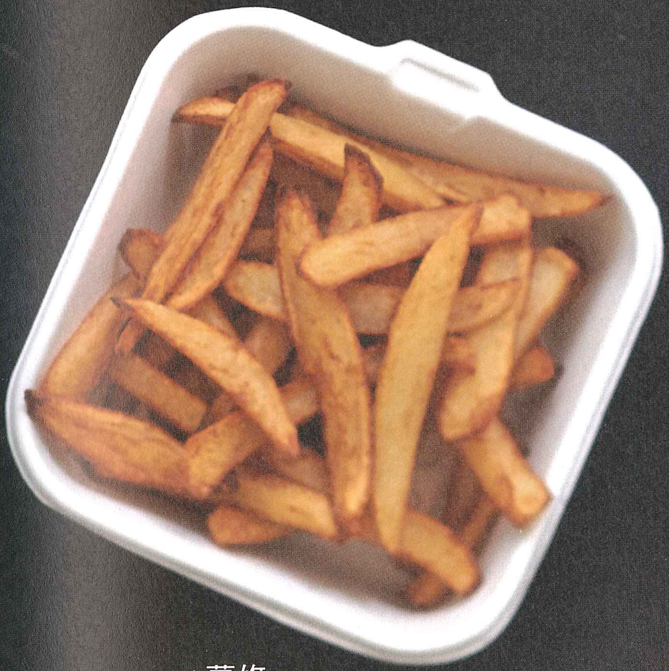
RÉMOULADE DE CÉLERI
AU PAMPLEMOUSSE



紫甘藍核桃沙拉

SALADE DE CHOU ROUGE AUX NOIX





薯條

FRITES MAISON



葡萄乾高麗菜沙拉

SALADE COLESLAW AUX RAISINS SECS

紫甘藍核桃沙拉

- 500g 紫甘藍菜
- 80g 粗切的核桃仁
- 1 湯匙液狀蜂蜜
- 6 湯匙核桃油
- 4 湯匙酸味不強的醋
- 鹽、現磨胡椒

1. 紫甘藍刨成細絲。沙拉碗裡用核桃油、蜂蜜、醋、鹽和胡椒調製沙拉醋醬汁。將紫甘藍絲和核桃仁放入，攪拌均勻。
2. 放冰箱冷藏 2 個小時。

芥末蛋黃醬芹菜葡萄柚沙拉

- 500g 根芹菜
- 1 顆葡萄柚
- 3 湯匙蛋黃醬

1. 葡萄柚削皮，把白色內層都削乾淨，一片片剝下切小塊。切時擠出的汁倒入蛋黃醬中。
2. 根芹菜削皮刨絲，在沙拉碗中與葡萄柚塊混合，分次加入蛋黃醬攪拌均勻。置冰箱冷藏 2 個小時。

洋蔥圈

- 2 顆白色或黃色大洋蔥
- 1 顆雞蛋
- 80g 麵粉
- 80-100ml 牛奶
- 1 湯匙植物油
- 鹽
- 油炸專用油

1. 洋蔥剝淨，切成約 3cm 寬環狀圈圈。
2. 分開蛋白和蛋黃。在碗裡混合蛋黃、麵粉、植物油、牛奶和鹽。分次加入打發成霜的蛋白，慢慢攪拌均勻。
3. 洋蔥圈沾上麵糊放入加熱至 180℃的炸油中 1-2 分鐘，起鍋放在吸油紙上瀝油。趁熱食用。

瑞士馬鈴薯煎餅

- 400g 馬鈴薯
- 1 顆大洋蔥
- 1 顆打散的雞蛋
- 2 撮肉豆蔻粉
- 1 小坨奶油
- 3 湯匙料理油
- 鹽、現磨胡椒

1. 馬鈴薯削皮刨絲（像刨紅蘿蔔絲的作法）。洋蔥剝皮刨絲，用手稍微擠出馬鈴薯與洋蔥絲的汁。
2. 沙拉碗中混合馬鈴薯絲、洋蔥絲、雞蛋、肉豆蔻粉、鹽、現磨胡椒。
3. 以大平底鍋加熱奶油和料理油混合，用湯匙挖起 1 匙混合的材料放入平底鍋中，稍微壓扁，以中火兩面各煎 6-8 分鐘。趁熱食用。

薯條

✧600g 馬鈴薯 ✧鹽 ✧油炸專用油

1 馬鈴薯削皮切成條狀，洗淨並用乾布擦乾。

2 將薯條放入加熱至 150℃的油鍋中炸 7-8 分鐘。瀝乾後放涼。

3 吃的時候將油鍋燒熱至 180-190℃，放入薯條 4-5 分鐘炸至金黃。在吸油紙上瀝乾。撒上鹽趁熱食用。

葡萄乾高麗菜沙拉

✧400g 高麗菜 ✧1 根大紅蘿蔔

✧1 顆小洋蔥 ✧80g 軟的白葡萄乾

✧4 湯匙蛋黃醬（混加很多芥末醬）

✧1 湯匙酒醋

1 紅蘿蔔和洋蔥洗淨刨絲，高麗菜也刨成絲，在沙拉碗中拌勻。加上蛋黃醬、醋、葡萄乾。

2 放冰箱冷藏 2 個小時。

馬鈴薯餅

✧400g 馬鈴薯 ✧1 小根紅蘿蔔

✧½ 個青蘋果 ✧1 個雞蛋

✧1 湯匙濃稠鮮奶油 ✧20g 奶油

✧3 湯匙料理油 ✧鹽、現磨胡椒

1 馬鈴薯、紅蘿蔔、蘋果削皮刨絲，放入沙拉碗中，加入雞蛋、鮮奶油、鹽、現磨胡椒，攪拌均勻。

2 平底鍋加熱奶油和料理油混合，把攪拌好的馬鈴薯絲平鋪在平底鍋裡，用鍋鏟壓實，中火煎 8-10 分鐘。以盤子反扣的方法將薯餅翻面，再煎 8-10 分鐘直至金黃色。起鍋的馬鈴薯餅放在鋪有烘培紙的烤盤上，放入預熱 180℃（烤度 6）的烤箱中繼續烤 10 分鐘。

紐奧良綜合香料馬鈴薯

✧600g 小顆馬鈴薯 ✧50g 麵粉 ✧鹽

✧60g 紐奧良綜合香料 ✧130ml 橄欖油

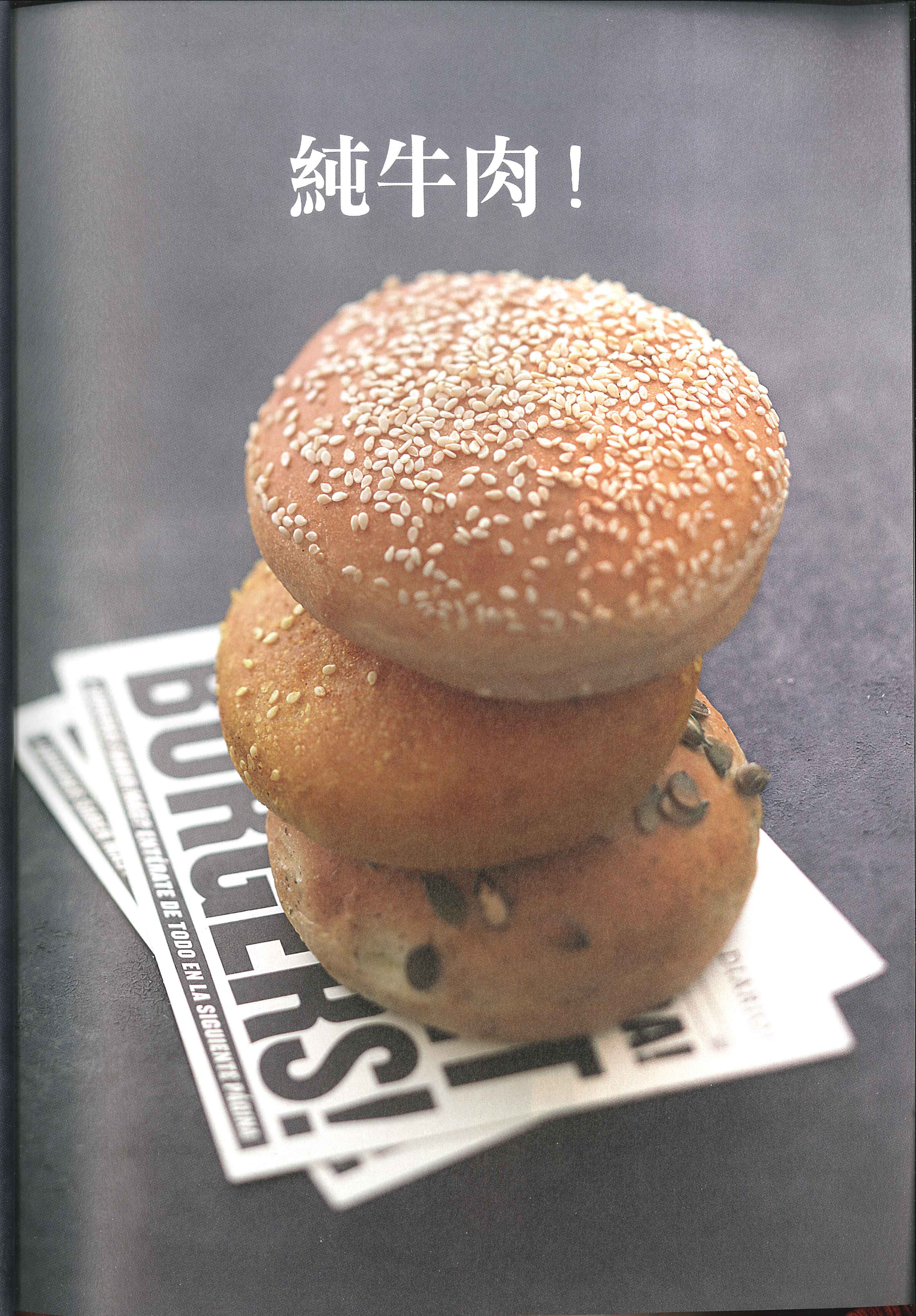
1 馬鈴薯洗淨，不必削皮。每個馬鈴薯縱切成 8 塊。

2 一鍋水中放入麵粉和 3 湯匙橄欖油，煮沸時放入馬鈴薯塊煮 4-5 分鐘。瀝乾。

3 將瀝乾馬鈴薯塊放在烤盤上，加上綜合香料、剩下的橄欖油和鹽，和薯塊攪拌均勻，在預熱 180℃（烤度 6）的烤箱中烤 15-20 分鐘。



純牛肉！



準備時間：20 分鐘
烹煮時間：10 分鐘

材料：

製做6個漢堡的量

- 6 個原味圓形小麵包（作法見 p.13）
- 800-900g 牛絞肉
- 12 片切達起司
- 150g 脆葉萵苣
- ½ 顆洋蔥
- 3 湯匙番茄醬（作法見 p.16）
- 3 湯匙蛋黃醬（作法見 p.17）
- 3 湯匙植物油
- 鹽、現磨胡椒

CHEESEBURGER CLASSIQUE

傳統起司漢堡

以薯條搭配這美味漢堡
（作法見 p.21）

1 洗淨萵苣，切細。剝淨洋蔥，切碎。

2 牛絞肉加鹽和胡椒，按麵包形狀分成 6 等份。

3 平底鍋裡加油，中火快煎牛肉排每面 3-5 分鐘。

4 麵包橫面切成兩半，下層塗蛋黃醬，上層塗番茄醬。下層放置一半的萵苣，相繼放上 1 片切達起司、1 片牛肉、再 1 片切達起司，上面蓋上剩下的萵苣和洋蔥，蓋上麵包上層，立即享用。



L'AMÉRICAIN CLASSIQUE

傳統美式漢堡

準備時間：30 分鐘
烹煮時間：15 分鐘

材料：
製做6個漢堡的量

- 6 個原味芝麻圓形小麵包（作法見 p.13）
- 800-900g 牛絞肉
- 3 個中型番茄
- 6 片切達起司
- 150g 脆葉萵苣
- 2 顆紅洋蔥
- 2 條脆酸黃瓜（醃漬期短的）
- 1 大湯匙紐奧良綜合香料
- 3 湯匙番茄醬（作法見 p.16）
- 3 湯匙蛋黃醬（作法見 p.17）
- 3 湯匙植物油
- 鹽、現磨胡椒



1 洗淨萵苣，切細。洗淨番茄，切片。剝淨洋蔥，切成 3-4 cm 寬的圓片。酸黃瓜切圓片。

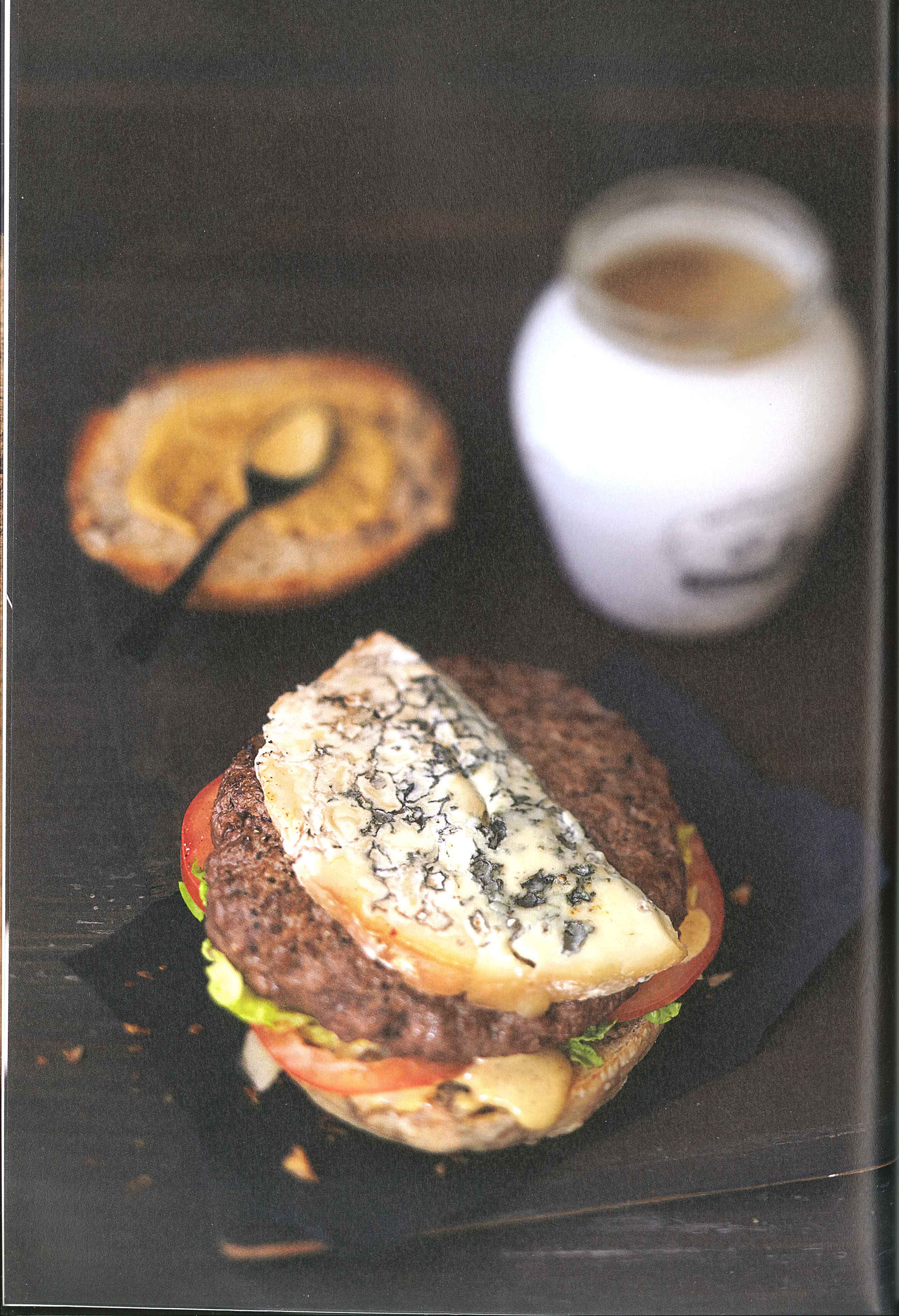
2 在沙拉碗裡拌勻牛絞肉、紐奧良綜合香料、1 撮鹽。按麵包形狀分成 6 等份。

3 起油鍋，中火炒洋蔥 4-5 分鐘至變黃，加鹽和胡椒。盛到盤裡。

4 平底鍋快煎牛肉排，每面 3-5 分鐘。

5 麵包橫切成兩半，下層塗蛋黃醬，上層塗番茄醬。下層均勻放置萵苣和洋蔥，相繼放上 1 片牛肉、1 片切達起司、番茄片和酸黃瓜片。蓋上麵包上層，立即享用。





BURGER AU BLEU

藍紋起司堡

準備時間：30 分鐘
烹煮時間：10 分鐘

材料：
製做 6 個漢堡的量

- 6 個傳統核桃小麵包（作法見 p.12）
- 900g-1kg 夏洛萊牛絞肉
- 300g 昂貝爾藍紋起司
- 4 顆中型番茄
- 150g 美生菜
- 1 湯匙醬油
- 1 大湯匙嗆芥末醬
- 3 大湯匙蛋黃醬（作法見 p.17）
- 3 湯匙植物油
- 鹽、現磨胡椒

1. 預熱烤箱內的烤架。
2. 洗淨生菜，切細。洗淨番茄，切片。
3. 將昂貝爾藍紋起司切成稍微厚的 6 片。
4. 在沙拉碗裡拌勻蛋黃醬、芥末醬和醬油。
5. 麵包橫切為兩半，在烤架上稍微烤一下，取出麵包，烤箱持續加熱。
6. 牛絞肉加鹽和胡椒拌勻，按麵包形狀分成 6 等份。平底鍋裡加油中火快煎牛肉排每面 3-5 分鐘。
7. 煎好的牛排肉放在鋪了烘培紙的烤盤上，每片肉排上放 1 片昂貝爾藍紋起司。烤盤置於烤箱最下層，烤箱門打開。
8. 麵包上下兩面塗上芥末蛋黃醬。下層均勻放置生菜和番茄片。
9. 從烤箱取出牛肉排，放在番茄片之上。蓋上麵包上層，立即享用。

TRIPLE BEEF AU COMTÉ

三層牛肉起司堡

準備時間：40 分鐘
烹煮時間：15 分鐘

材料：
製做 6 個漢堡的量

- 6 個原味芝麻小圓麵包（作法見 p.13）
- 1.2kg 牛絞肉
- 200g 鞏德起司
- 3 顆大番茄
- 12 片煙燻肉片
- 3 條脆酸黃瓜（醃漬期短的）
- 150g 美生菜或脆葉萵苣
- 1 湯匙切碎的新鮮香草料
- 幾滴 Tabasco 辣醬
- 3 湯匙番茄醬（作法見 p.16）
- 6 湯匙蛋黃醬（作法見 p.17）
- 3 湯匙葵花籽油
- 鹽、現磨胡椒

給最饞的老饕：在每層肉片中間再抹上一點蛋黃醬和番茄醬！

1. 預熱烤箱內的烤架。
2. 洗淨生菜，切細。洗淨番茄，切片。酸黃瓜切片。鞏德起司切成 12 薄片。
3. 牛絞肉加鹽和胡椒，按麵包形狀分成薄薄的 18 等份。
4. 起油鍋，快煎牛肉排每面 2-3 分鐘。保持熱度。
5. 煙燻肉片放在鋪了烘培紙的烤盤上，在烤架上烤 3-4 分鐘，半開烤箱門使肉片保持熱度。
6. 在沙拉碗裡拌勻蛋黃醬、Tabasco 辣醬和切碎的新鮮香草料。
7. 麵包橫切為兩半，下層塗番茄醬，上層塗蛋黃醬。
8. 下層均勻放置一半量的生菜，相繼放上 1 片牛肉、番茄片、酸黃瓜片、1 片鞏德起司。再鋪上 1 片牛肉、1 片鞏德起司、兩片烤過的煙燻肉片，最後再放上 1 片牛肉、1 片鞏德起司和剩下的生菜。蓋上麵包上層，立即享用。



準備時間：40 分鐘
烹煮時間：20 分鐘

BURGER TEX-MEX

德州風味墨西哥堡

材料：

製做6個漢堡的量

- 6個匈牙利紅椒小圓麵包或原味小圓麵包（作法見 p.13）
- 800 - 900g 牛絞肉
- 2 顆紅椒
- 1 顆黃椒
- 2 顆洋蔥
- 2 瓣蒜頭
- 6 片切達起司
- 1 湯匙匈牙利紅椒粉
- 3 湯匙辣味番茄醬（作法見 p.17）
- 3 湯匙橄欖油
- 3 湯匙植物油
- 鹽、現磨胡椒

1 紅椒、黃椒、洋蔥剝皮切絲。蒜頭剝皮切碎。

2 平底鍋裡放橄欖油中火炒紅椒、黃椒、洋蔥、蒜頭 10 分鐘，不時攪拌。加鹽和一半量的匈牙利紅椒粉。放在平底鍋裡覆蓋鋁箔紙保持熱度。

3 預熱烤箱的烤架。

4 在沙拉碗裡將牛絞肉、剩下的匈牙利紅椒粉、鹽、胡椒拌勻。按麵包形狀分成 6 等份。

5 平底鍋裡以植物油快煎牛肉排每面 3-5 分鐘。

6 麵包橫切為兩半，在烤架上稍微烤一下。

7 麵包上下層塗 1 層辣味番茄醬。下層均勻放置一半量炒好的紅椒、黃椒、洋蔥、蒜頭，放上 1 片牛肉、1 片切達起司，再堆上剩下的紅椒、黃椒、洋蔥、蒜頭。蓋上麵包上層，立即享用。



BURGER DE BŒUF AU BAYONNE

貝庸火腿牛肉堡

準備時間：30 分鐘
烹煮時間：15 分鐘

材料：
製做6個漢堡的量

- 6個咖哩、匈牙利紅椒或原味小圓麵包（作法見 p.13）
- 800 - 900g 牛絞肉
- 6 片貝庸火腿（Bayonne）
- 150g 歐索伊拉提羊起司（Ossau-Iraty）
- 2 顆牛心番茄
- 150g 美生菜或脆葉萵苣
- 2 湯匙埃斯佩萊特辣椒粉
- 3 湯匙蛋黃醬（作法見 p.17）
- 3 湯匙植物油
- 鹽

1 洗淨生菜，切細。洗淨番茄，切片。起司切成薄片。

2 預熱烤箱的烤架。

3 沙拉碗裡將牛絞肉、1 湯匙埃斯佩萊特辣椒粉及1 撮鹽拌勻。按麵包形狀分成 6 等份。

4 平底鍋裡加油快煎牛肉排每面 3-5 分鐘。

5 貝庸火腿片放在鋪好烘培紙的烤盤上，在烤架下烤 3-4 分鐘呈金黃色。取出烤盤，烤架繼續加熱。

6 麵包橫切為兩半，在烤架上稍微烤一下。

7 在碗裡調勻蛋黃醬和剩下的埃斯佩萊特辣椒粉。

8 麵包上下層塗 1 層混合埃斯佩萊特辣椒粉蛋黃醬。下層均勻放置生菜、番茄片，放上 1 片牛肉、1 片貝庸火腿和起司。蓋上麵包上層，立即享用。



BURGER CONTINENTAL

歐陸風味堡

準備時間：30 分鐘
烹煮時間：15 分鐘

材料：

製做 6 個漢堡的量

- 6 個雜糧穀物麵包（麵包店可買到）
- 900g - 1kg 牛絞肉
- 12 片培根或燻豬肉片
- 6 顆雞蛋
- 6 片切達起司
- 150g 美生菜或脆葉萵苣
- 25g 奶油
- 3 大湯匙番茄醬（作法見 p.16）
- 3 大湯匙蛋黃醬（作法見 p.17）
- 3 湯匙植物油
- 鹽、現磨胡椒

1 預熱烤箱的烤架。洗淨生菜，切細。

2 將培根或燻豬肉片放在鋪好烘培紙的烤盤上，在烤架下烤 3-4 分鐘呈金黃色。取出烤盤，烤架繼續加熱。

3 麵包橫切為兩半，在烤架上稍微烤一下。

4 牛絞肉加鹽和胡椒拌勻，按麵包形狀分成 6 等份。在平底鍋裡加油快煎牛肉排每面 3-5 分鐘。

5 在另一個平底鍋裡用奶油煎荷包蛋，加鹽和胡椒。

6 麵包下層塗上蛋黃醬，上層塗上番茄醬。下層均勻放置生菜，依序放上 1 片牛肉、1 片切達起司、1 個荷包蛋和 2 片培根。蓋上麵包上層，立即享用。





MINI-BURGERS

迷你堡

準備時間：30 分鐘
烹煮時間：10 分鐘

材料：
製做 6 個迷你堡的量

- 12 個約 50g 的傳統小麵包，原味、芝麻、罌粟籽口味皆可（作法見 p.12）
- 500g 牛絞肉
- 120g 美生菜
- 150g 熟成米摩勒特起司
- 3 大湯匙蛋黃醬（作法見 p.17）
- 3 大湯匙番茄醬（作法見 p.16）
- 3 湯匙植物油
- 鹽、現磨胡椒

1. 牛絞肉加鹽和胡椒拌勻，按麵包形狀分成 12 個小肉排。
2. 用削皮刀將米摩勒特起司削成薄片。
3. 洗淨生菜，切細。
4. 預熱烤箱的烤架。
5. 在平底鍋裡加油，中火快煎牛肉排每面 5-7 分鐘，保持熱度。
6. 麵包橫切為兩半，在烤架上稍微烤一下。
7. 麵包下層塗 1 層番茄醬，上層塗 1 層蛋黃醬。下層均勻放置生菜，放上 1 片迷你牛肉和幾片米摩勒特起司薄片。蓋上麵包上層，立即享用。

BURGER À L'ORIENTALE

東方風味堡

準備時間：40 分鐘
烹煮時間：20 分鐘

材料：
製做 6 個漢堡的量

- 6 個匈牙利紅椒或原味小圓麵包（作法見 p.13）
- 800-900g 牛絞肉
- 1 根圓米茄
- 2 顆紅椒
- 1 小顆紅洋蔥
- 1 把香芹
- 1 把芫荽
- 6 片切達起司
- 1 湯匙孜然籽
- 1 咖啡匙孜然粉
- 1 湯匙哈里薩辣醬
- 3 湯匙蛋黃醬（作法見 p.17）
- 100ml 橄欖油
- 3 湯匙植物油
- 鹽、現磨胡椒

1 洗淨紅椒，切細。洗淨茄子，切成 4-5mm 厚的圓片。

2 平底鍋裡用橄欖油中火煎黃茄子片 4-5 分鐘。以吸油紙吸乾油，鋁箔紙覆蓋保持熱度。

3 用剩下的橄欖油在平底鍋裡中火煎烤紅椒 6-8 分鐘。和茄子放在一起保溫。

4 預熱烤箱的烤架。

5 洋蔥剝皮切碎。

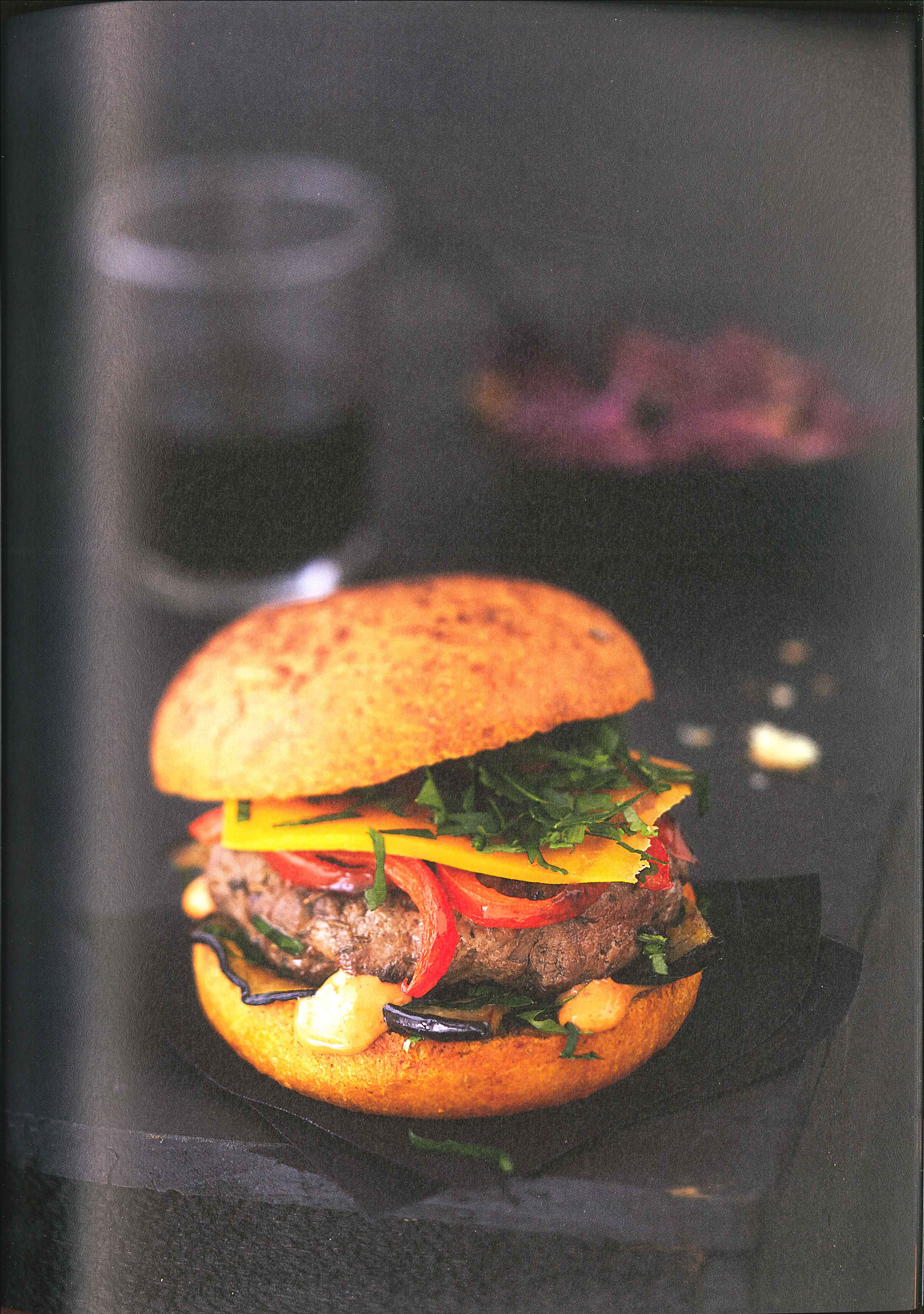
6 沙拉碗裡混合牛絞肉、洋蔥、孜然籽、孜然粉、鹽、胡椒，按麵包形狀分成 6 等份。

7 在平底鍋裡用植物油快煎牛肉排每面 3-5 分鐘。

8 洗淨剪碎香草，在碗裡和蛋黃醬和哈里薩辣醬混合均勻。

9 麵包橫切為兩半，在烤架上稍微烤一下。

10 麵包上下層塗 1 層哈里薩辣醬混合的蛋黃醬。下層均勻放置茄子片，依序放上 1 片牛肉、紅椒絲、1 片切達起司、混合香菜。蓋上麵包上層，立即享用。



準備時間：40 分鐘
烹煮時間：20 分鐘

THAÏ BURGER

泰式風味堡

材料：
製做6個漢堡的量

- 6 個傳統芝麻麵包（作法見 p.12）
- 800g 牛絞肉
- 300g 新鮮椎茸
- 6 片切達起司或一般起司
- 120g 美生菜
- 1 湯匙新鮮薑末
- 1 大茶匙綠芥末
- 150ml 日本甜醬油
- 2 湯匙蠔油
- 3 湯匙蛋黃醬（作法見 p.17）
- 1 湯匙液狀蜂蜜
- 5 湯匙植物油
- 鹽、現磨胡椒

1 洗淨生菜，切細。

2 洗淨椎茸，切細，用一半植物油在平底鍋裡以中火拌炒 3 分鐘，加入蜂蜜、鹽、胡椒，拌炒一下讓蜂蜜焦糖化。保持熱度。

3 沙拉碗裡混合牛絞肉、薑末、蠔油、胡椒、少許鹽，按麵包形狀分成 6 等份。

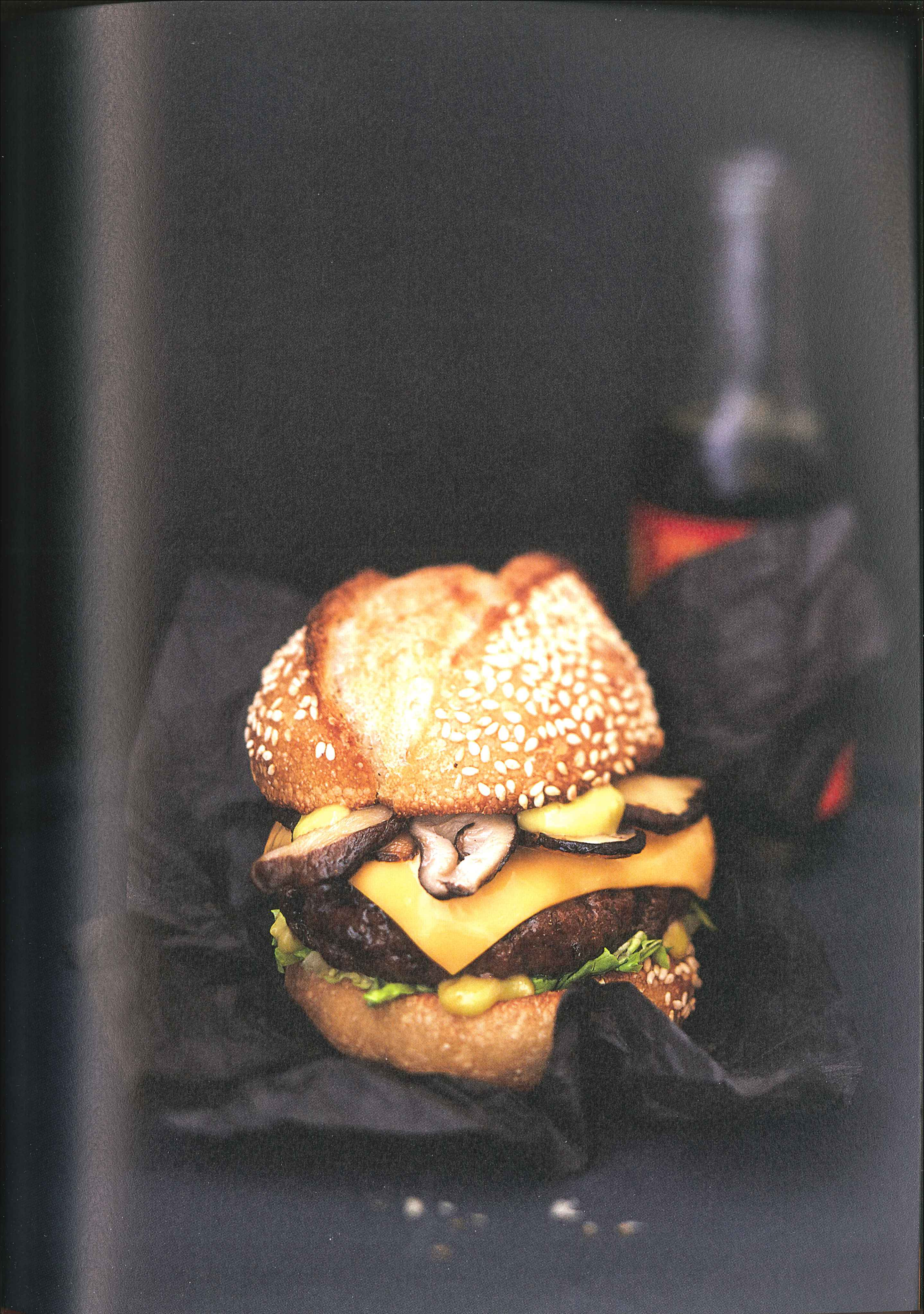
4 預熱烤箱的烤架。

5 用剩下的植物油快煎牛肉排每面 2-3 分鐘。倒掉鍋中剩油，把醬油澆到牛排肉上，小火兩面各煎 4 分鐘，將鍋內醬汁澆到牛肉片上，讓牛肉稍微染上一層焦褐外皮。保持熱度。

6 碗裡混合蛋黃醬和綠芥末醬。

7 麵包橫切為兩半，在烤架上稍微烤一下。

8 麵包上下層塗 1 層綠芥末蛋黃醬。下層均勻放置生菜，依序放上 1 片牛肉、1 片切達起司、炒好的椎茸菇。蓋上麵包上層，立即享用。



準備時間：30分鐘
烹煮時間：10分鐘

BURGER CARPACCIO AUX LÉGUMES GRILLÉS

生牛肉片烤蔬菜堡

製做6個漢堡的量

- 6個小圓麵包，原味或藏茴香或孜然口味（作法見p.13）
- 500-600g極薄專製生牛肉片
- 2條筍瓜
- 1大根圓米茄
- 120g芝麻菜
- 100g塊狀帕瑪森起司
- 4大湯匙蛋黃醬（作法見p.17）
- 2湯匙依您口味的加味芥末醬
- 1顆萊姆榨汁
- 100ml橄欖油
- 鹽、現磨胡椒

1 洗淨芝麻菜。洗淨筍瓜和米茄，切成2-3mm厚的圓片，在沙拉碗中與一半量的橄欖油、鹽、胡椒拌勻。

2 在烤箱烤架上或在平底鍋裡烤熟筍瓜和米茄，每面烤5分鐘，保持它們的脆度。

3 生牛肉片置於盤子上。

4 在碗裡混合剩下的橄欖油、萊姆汁、鹽、胡椒。將此醬汁塗在生牛肉片上，放冰箱冷藏10分鐘。

5 混合蛋黃醬和芥末醬。

6 用削皮刀將帕瑪森起司削成薄片。

7 麵包橫切為兩半，下層塗1層芥末蛋黃醬，依序放上烤蔬菜、醃生牛肉片、芝麻菜，撒上帕瑪森起司薄片。蓋上麵包上層，立即享用。



準備時間：30 分鐘
冷藏時間：30 分鐘
烹煮時間：15 分鐘

MOUNTAIN BURGER

山區漢堡

材料：

製做 6 個漢堡的量

- 6 個格魯耶爾起司麵包或醃肉丁麵包（作法見 p.12）
- 800-900g 牛絞肉
- 180g 瑞克雷起司
- 150g Batavia 生菜
- 2 條脆酸黃瓜（醃漬期短的）
- 100ml 液狀鮮奶油
- 3 湯匙植物油
- 鹽、現磨胡椒

1 切掉瑞克雷起司的硬外皮。在鍋中煮沸液狀鮮奶油，加入 30-40g 的起司，小火沸煮 4-5 分鐘，一邊攪拌使起司融化。將這個醬汁倒在碗裡，放入冰箱 30 分鐘使之稍微凝固。

2 將剩下的起司切成稍有厚度的 6 片。酸黃瓜切圓片。洗淨切細生菜。

3 預熱烤箱的烤架。

4 牛絞肉加鹽和胡椒，按麵包形狀分成 6 等份。

5 平底鍋用植物油中火煎牛肉排每面 3-5 分鐘。肉排留在平底鍋內，蓋上鋁箔紙保持熱度。

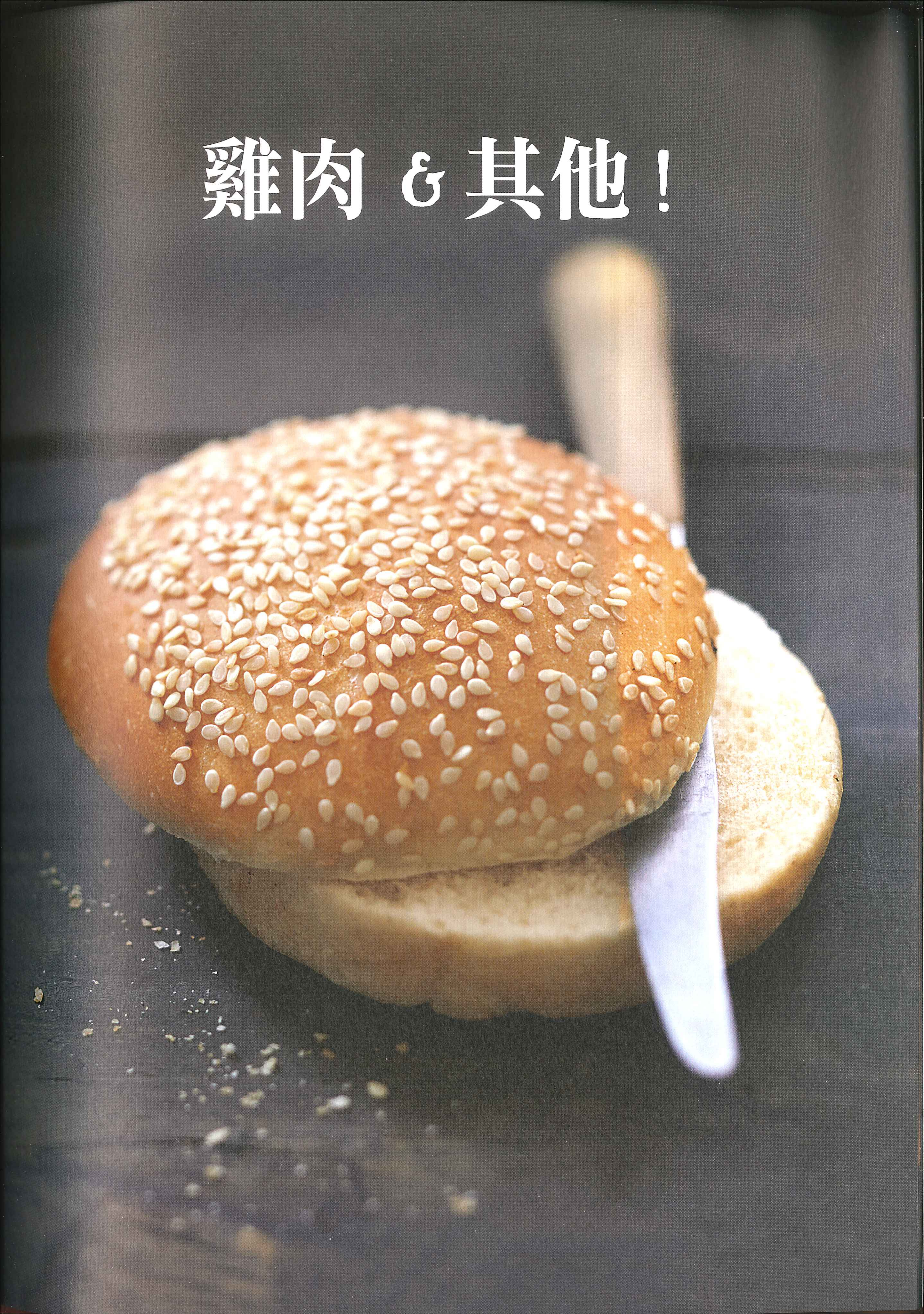
6 麵包橫切為兩半，在烤架上稍微烤一下。

7 麵包上下層塗 1 層起司醬，依序放上生菜、酸黃瓜片、牛肉片、1 片起司。蓋上麵包上層，立即享用。


BURGER



雞肉 & 其他!



BURGER CROUSTI-POULET

脆皮雞排堡

準備時間：45 分鐘
烹煮時間：10 分鐘

材料：
製做 6 個漢堡的量

- 6 個橄欖麵包或各式種籽傳統麵包（作法見 p.12）
- 6 片雞胸肉，每片約 120g
- 120g 早餐玉米片
- 3 顆中型番茄
- 120g Batavia 生菜或美生菜
- 150g 藏茴香或孜然口味的高達起司
- 2 顆雞蛋
- 60g 麵粉
- 6 湯匙辣番茄醬（作法見 p.17）
- 鹽、現磨胡椒
- 油炸專用油

這款漢堡適合搭配紐奧良綜合香料馬鈴薯
（作法見 p.21）

1 在深盤子裡打散雞蛋。壓碎早餐玉米片，放在另一個深盤子裡。再另外拿一個深盤子放麵粉。

2 稍微拍平雞胸肉片，以鹽及胡椒略醃，先沾麵粉，再沾蛋液，再沾壓碎的玉米片。

3 炸鍋裡熱油。

4 洗淨切細生菜。洗淨番茄切成圓片。起司切成 6 薄片。

5 用熱油炸裹粉的雞排 4-5 分鐘。放在吸油紙上吸油。

6 麵包橫切為兩半，上下層塗 1 層辣番茄醬，下層鋪上一半量的生菜和番茄片，依序放上 1 片炸雞排、1 片起司，再放上另一半生菜。蓋上麵包上層，立即享用。



BURGER POULET-CHÈVRE

起司雞排堡

準備時間：40 分鐘
冷藏時間：30 分鐘
烹煮時間：15 分鐘

材料：
製做6個漢堡的量

- 6個咖哩或芝麻小圓麵包（作法見p.13）
- 6片雞胸肉，每片約120g
- 7小顆相當熟成的卡貝庫起司
- 1小顆生的甜菜頭
- 2根紅蘿蔔
- 100g美生菜
- 1茶匙埃斯佩萊特辣椒粉
- 2撮咖哩粉
- 1湯匙濃稠鮮奶油
- 5湯匙橄欖油
- 鹽、現磨胡椒

1 在小鍋裡煮沸鮮奶油，加上1顆卡貝庫起司，邊攪拌邊小火煮沸2分鐘，讓起司融化。加鹽和胡椒。把這醬汁倒在碗裡，放入冰箱冷藏30分鐘，使之稍微凝固。

2 在深盤子裡混合3湯匙橄欖油、辣椒粉、咖哩粉和1撮鹽。稍微拍平雞胸肉，放入深盤中，均勻裹上醃料。

3 預熱烤箱的烤架。

4 削掉紅蘿蔔和甜菜頭的皮，切成絲，在碗中和剩下的橄欖油、鹽、胡椒混合。

5 洗淨切細生菜。

6 平底鍋裡用醃肉的辣油中火炸雞排6-7分鐘至呈金黃色。

7 麵包橫切為兩半，在烤架上稍微烤一下。

8 麵包上下層塗1層卡貝庫起司醬，下層鋪上生菜，依序放上1片雞排、1顆起司、少許甜菜頭紅蘿蔔絲。蓋上麵包上層，立即享用。



準備時間：30 分鐘
烹煮時間：15 分鐘

INDIAN BURGER

印度風味堡

材料：
製做 6 個漢堡的量

- 6 個原味、南瓜籽或咖哩小圓麵包（作法見 p.13）
- 800-900g 羔羊絞肉
- 1 大顆圓米茄
- 100g 美生菜
- 120g 切達起司
- ½ 顆洋蔥
- 2 瓣蒜頭
- 1 湯匙咖哩粉
- 4 湯匙蛋黃醬（作法見 p.17）
- 100ml 橄欖油
- 鹽、現磨胡椒

1 洗淨米茄，切成厚約 2cm 的圓片。洗淨切細生菜。洋蔥、蒜頭剝皮切碎。切達起司切小塊。

2 沙拉碗中混合羊絞肉、洋蔥、蒜頭、鹽和胡椒，按麵包形狀分成 6 等份。

3 用一半量橄欖油在平底鍋裡煎烤米茄，每面 4-5 分鐘。加鹽和胡椒。盛到盤子裡。

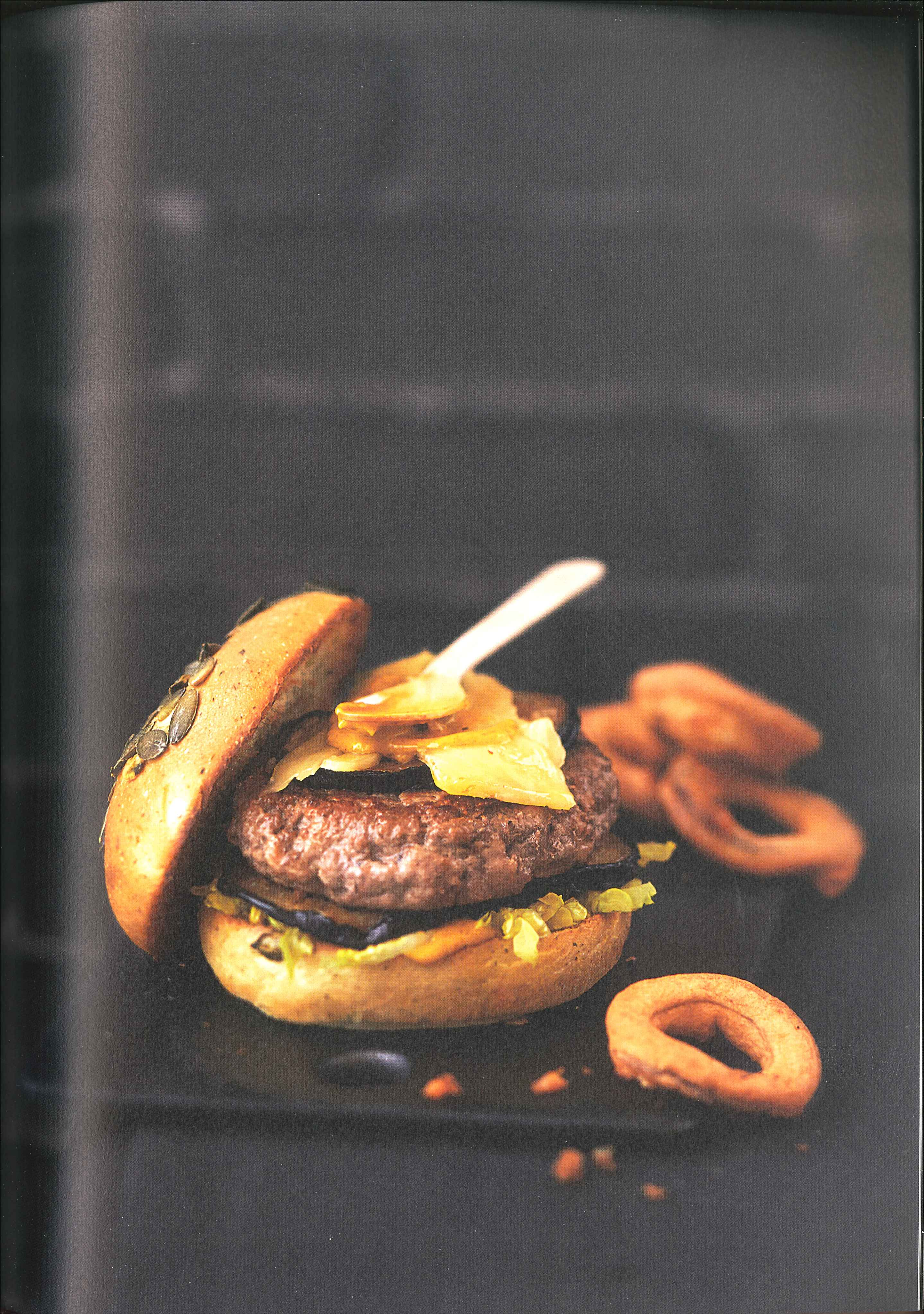
4 平底鍋裡倒入剩下的橄欖油，快煎羊肉排每面 6-8 分鐘。煎好撒上一半量的咖哩粉。

5 預熱烤箱的烤架。

6 在碗裡將剩下的咖哩粉和蛋黃醬攪勻。

7 麵包橫切為兩半，在烤架上稍微烤一下。

8 麵包上下層塗 1 層咖哩蛋黃醬，依序放上生菜、米茄片、1 塊羊肉片、小塊切達起司。蓋上麵包上層，立即享用。





BURGER CHICKEN-CAJOU

腰果雞排堡

準備時間：30 分鐘
冷藏時間：2 小時
烹煮時間：20 分鐘

材料：
製做 6 個漢堡的量

- 6 個原味或芝麻小圓麵包（作法見 p.13）
- 6 片雞胸肉，每片約 120g
- 6 片切達起司
- 150g 美生菜或脆葉萵苣
- 2 顆紅洋蔥
- 50g 腰果
- 1 大條脆酸黃瓜（醃漬期短的）
- 2 湯匙紅咖哩泥
- 3 湯匙蛋黃醬（作法見 p.16）
- 100ml 橄欖油
- 鹽

1 在深盤子裡混合一半量的橄欖油、¾ 咖哩泥和 1 撮鹽。雞胸肉放入盤中均勻裹上醃料，覆蓋保鮮膜放冰箱冷藏 2 個小時。

2 剝開洋蔥切絲，在平底鍋裡以剩下的橄欖油中火拌炒 4-5 分鐘，加鹽。盛到盤子裡。

3 平底鍋裡中火煎雞排和醃料 10-15 分鐘，不時攪拌。腰果粗切一下，放鍋中和雞排一起煎。

4 預熱烤箱的烤架。

5 麵包橫切為兩半，在烤架上稍微烤一下。

6 生菜洗淨切片。酸黃瓜切薄片。

7 在碗裡混合剩下的咖哩醬和蛋黃醬。

8 麵包上下層塗 1 層咖哩蛋黃醬，下層鋪上生菜和洋蔥，依序放上 1 片雞排和腰果、1 片切達起司、酸黃瓜薄片。蓋上麵包上層，立即享用。



準備時間：40 分鐘
烹煮時間：20 分鐘

BURGER DE PORC AIGRE-DOUX

酸甜豬排堡

材料：

製做 6 個漢堡的量

- 6 個傳統麵包（作法見 p.12）
- 700-800g 豬絞肉或灌香腸用的豬絞肉
- 1 大顆紅洋蔥
- 120g 美生菜
- 150g 孜然口味的高達起司
- 80g 帶皮鹹花生仁
- 6 大湯匙酸甜醬
- 2 湯匙酒醋
- 2 湯匙液狀蜂蜜
- 100ml 橄欖油
- 鹽、現磨胡椒

1 粗切花生仁，不必太碎。洋蔥剝皮切碎。

2 平底鍋裡以 3 湯匙橄欖油炒洋蔥 5 分鐘，加入花生、蜂蜜、鹽、胡椒，攪拌一下，中火炒 3 分鐘使之稍微成焦糖狀，鍋中倒入酒醋，烈火蒸發 2 分鐘。熄火，放至冷卻。

3 沙拉碗中混合絞肉和剛才煮好冷卻的醬汁，加鹽和胡椒，按麵包形狀分成 6 等份。

4 平底鍋以剩下的橄欖油中火煎豬肉排 8-10 分鐘。

5 預熱烤箱的烤架。

6 洗淨切細生菜。起司切成薄片。

7 麵包橫切為兩半，在烤架上稍微烤一下。

8 麵包上下層塗上酸甜醬，下層鋪上生菜，放上肉片和高達起司薄片。蓋上麵包上層，立即享用。

BREAKFAST BURGER

香腸培根早餐堡

準備時間：40 分鐘
烹煮時間：20 分鐘

材料：
製做 6 個漢堡的量

- 6 個傳統麵包（作法見 p.12）
- 6 條豬肉辛辣香腸
- 6 顆雞蛋
- 6 大片培根
- 120g 美生菜或蘿蔓生菜
- 6 片切達起司
- 6 大湯匙蛋黃醬（作法見 p.16）
- 4 湯匙番茄醬（作法見 p.16）
- 20g 奶油
- 3 湯匙植物油
- 鹽、現磨胡椒

1 在碗中打蛋，加鹽和胡椒。平底鍋中以一半量的植物油混合奶油，中火煎蛋捲 5-7 分鐘，以叉子在鍋中攪拌，直到蛋捲稍微焦黃。保持熱度。

2 另一平底鍋裡以剩下的油煎香腸 8-10 分鐘，盛入盤中，保持熱度。

3 倒掉平底鍋中的油，乾煎培根每面 2 分鐘。

4 洗淨切細生菜。

5 預熱烤箱的烤架。麵包橫切為兩半，在烤架上稍微烤一下。

6 麵包下層塗上番茄醬，上層塗蛋黃醬。下層鋪上生菜，放上一些煎蛋捲、1 片培根、切成兩半的香腸、1 片切達起司。蓋上麵包上層，立即享用。

搭配紫甘藍核桃沙拉最對味！
（作法見 p.20）


BURGOS
León), pimiento
de cabra, tomate,
gueres 8,80€
Burger de 200g
pepinillos,
asado, cogollos,
y cebolla 8,90€

CAESAR BURGER

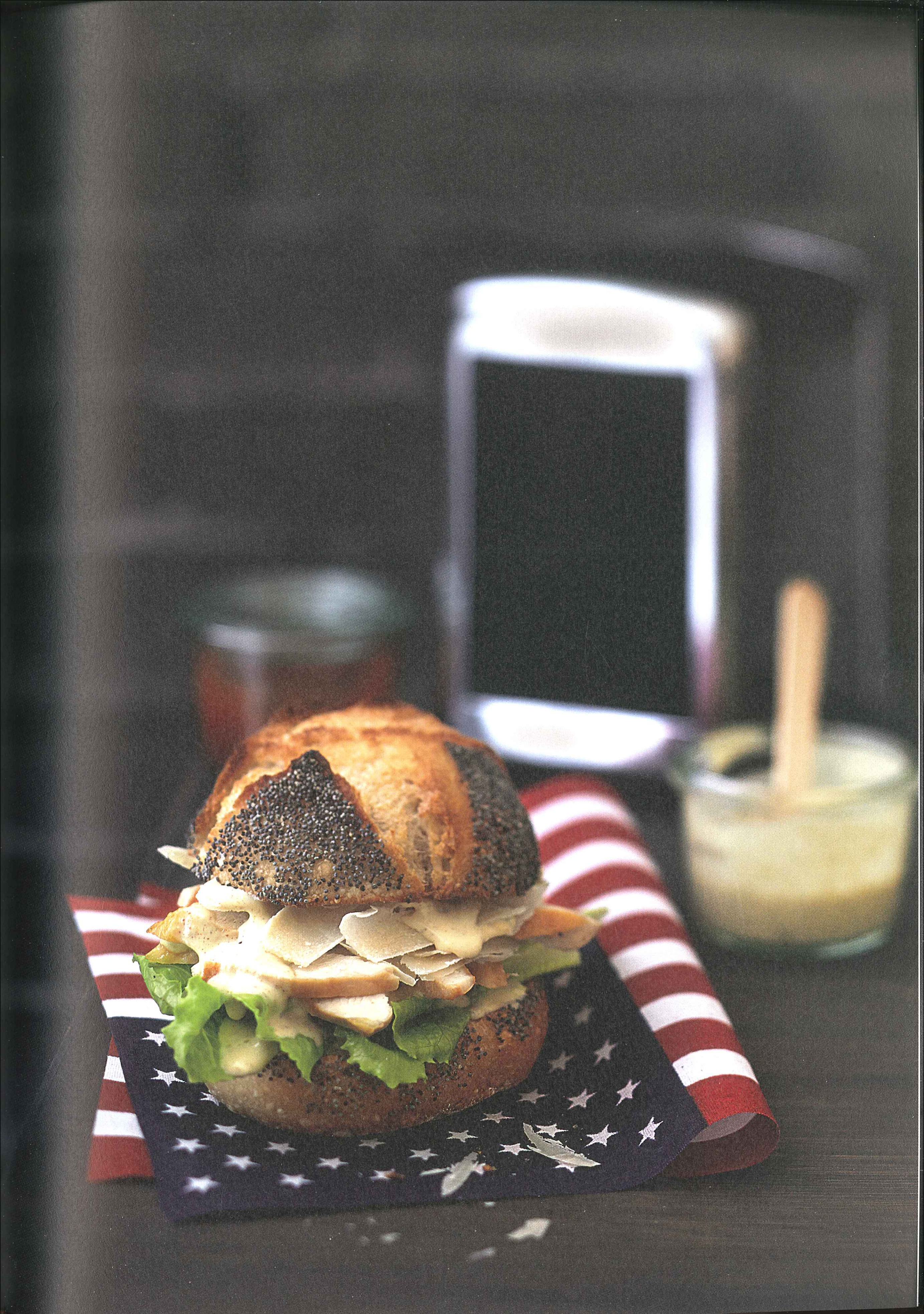
凱撒漢堡

準備時間：30 分鐘
烹煮時間：25 分鐘

材料：
製做 6 個漢堡的量

- 6 個罌粟籽傳統麵包（作法見 p.12）
- 6 小片雞胸肉
- 200g 蘿蔓生菜
- 2 顆雞蛋＋1 個蛋黃
- 150g 塊狀帕瑪森起司
- 30g 酸豆
- 2 瓣蒜頭
- 1 大湯匙嗆芥末醬
- ½ 顆萊姆榨汁
- 1 湯匙伍斯特醬
- 150ml 橄欖油
- 鹽、現磨胡椒

1. 洗淨生菜，稍微切一下。切碎蒜頭。以削皮刀削出帕瑪森起司薄片。
2. 加鹽沸水煮 2 顆蛋 10 分鐘，煮好在冷水下沖洗，剝去蛋殼。
3. 平底鍋以 3 湯匙橄欖油中火煎雞排每面 6-7 分鐘，加鹽和胡椒。煎好的雞排切成長條狀。
4. 預熱烤箱的烤架。
5. 在一個深碗中放入切塊的白煮蛋，加上蛋黃、酸豆、伍斯特醬、芥末醬、萊姆汁、蒜頭、剩下的橄欖油、鹽和胡椒。以電動攪拌器攪拌至醬汁稍微呈黏糊狀（若醬汁太稠，可加一點冷水攪拌），製程凱撒醬。
6. 麵包橫切為兩半，在烤架上稍微烤一下。
7. 麵包下層塗上製好的凱撒醬，鋪上生菜、雞排肉，再淋上凱薩醬，撒上帕瑪森起司薄片。蓋上麵包上層，立即享用。





準備時間：30 分鐘
烹煮時間：20 分鐘

ITALIAN BURGER

義大利風味堡

材料：
製做6個漢堡的量

- 6 個小義大利拖鞋麵包（麵包店購買）
- 900g 小牛肩絞肉
- 12 片義大利培根薄片
- 3 顆羅馬番茄
- 150g 義大利佩克里諾起司
- 100g 芝麻菜
- 15片羅勒葉
- 2 瓣蒜頭
- 4 湯匙蛋黃醬（作法見 p.16）
- 3 大湯匙橄欖油
- 鹽、現磨胡椒

1 洗淨芝麻菜。洗淨番茄，切圓片。剝開蒜頭切碎。洗淨羅勒葉剪成碎末。以削皮刀將佩克里諾起司削成薄片。

2 在碗中混合蛋黃醬、蒜末和羅勒末。

3 預熱烤箱的烤架。

4 平底鍋不放油，中火乾煎義大利培根薄片 2 分鐘。盛至盤中。

5 絞肉加鹽和胡椒，按麵包形狀分 6 等份。

6 麵包橫切為兩半，在烤架上稍微烤一下。

7 平底鍋用橄欖油煎肉排每面 6-8 分鐘。保持熱度。

8 麵包上下層皆塗上羅勒蛋黃醬，下層鋪上芝麻菜，放上小牛肉排，番茄片、2 片義大利培根薄片，撒上佩克里諾起司薄片。蓋上麵包上層，立即享用。

KEBAB BURGER

沙威瑪漢堡

準備時間：40 分鐘
烹煮時間：25 分鐘

材料：
製做 6 個漢堡的量

- 6 個橄欖或各式種籽傳統小麵包（作法見 p.12）
- 900g 小牛里肌肉
- 6 片切達起司
- 3 顆番茄
- 150g 美生菜或脆葉萵苣
- 1 顆紅蔥頭
- 6 瓣蒜頭
- 1 株香芹
- 幾片薄荷葉
- 1 個希臘式優格
- 3 撮辣椒粉
- 1 湯匙蛋黃醬（作法見 p.16）
- 100ml 液狀鮮奶油
- 3 湯匙橄欖油
- 鹽、現磨胡椒

1 剝開 5 瓣蒜頭，放在鍋中以冷水煮沸，用篩子撈起沖冷水。重複 4 次此程序。

2 液狀鮮奶油倒在鍋中，加入煮過的蒜頭、鹽和胡椒，小火煮 6-8 分鐘。以電動攪拌器攪成濃稠的蒜味鮮奶油醬。放涼。

3 小牛里肌肉加鹽和胡椒，在平底鍋中用橄欖油每面快煎 3 分鐘，再轉中火續煎 10-12 分鐘，不時翻面。覆蓋鋁箔紙放置 15 分鐘，切成薄片，保持熱度。

4 最後那瓣蒜頭和紅蔥頭剝皮切碎。薄荷葉和香芹切碎。在碗中混合蛋黃醬、優格、蒜末、紅蔥頭末、薄荷葉、香芹、辣椒粉、鹽、胡椒。

5 預熱烤箱的烤架。麵包橫切為兩半，在烤架上稍微烤一下。

6 洗淨切細生菜。洗淨番茄切成圓片。

7 麵包下層塗 上蒜味鮮奶油醬，鋪上生菜和番茄片，放上小牛里肌肉和 1 片切達起司，淋上一些辣味蛋黃醬。蓋上麵包上層，立即享用。



BURGER AU CONFIT DE CANARD

油漬鴨腿堡

準備時間：20分鐘
烹煮時間：40分鐘

材料：
製做6個漢堡的量

- 6個原味傳統麵包（作法見p.12）
- 4隻封在鴨油裡的油漬鴨腿
- 600g夏洛特品種馬鈴薯（charlotte）
- 100g美生菜
- 8顆核桃仁
- 1大湯匙不嗆的芥末醬
- 2大湯匙蛋黃醬（作法見p.16）
- 鹽、現磨胡椒

1 預熱烤箱160℃（烤度5-6）。

2 鴨腿放在炸鍋裡，倒入一些鴨油，炸鍋放入烤箱裡加熱20分鐘。

3 馬鈴薯削皮，切成薄圓片，放在篩子上以熱水沖洗。平底鍋放入2大湯匙鴨油，煎馬鈴薯片20分鐘。加鹽和胡椒。

4 在碗中混合蛋黃醬和芥末醬。

5 從烤箱中拿出鴨腿。預熱烤箱的烤架。

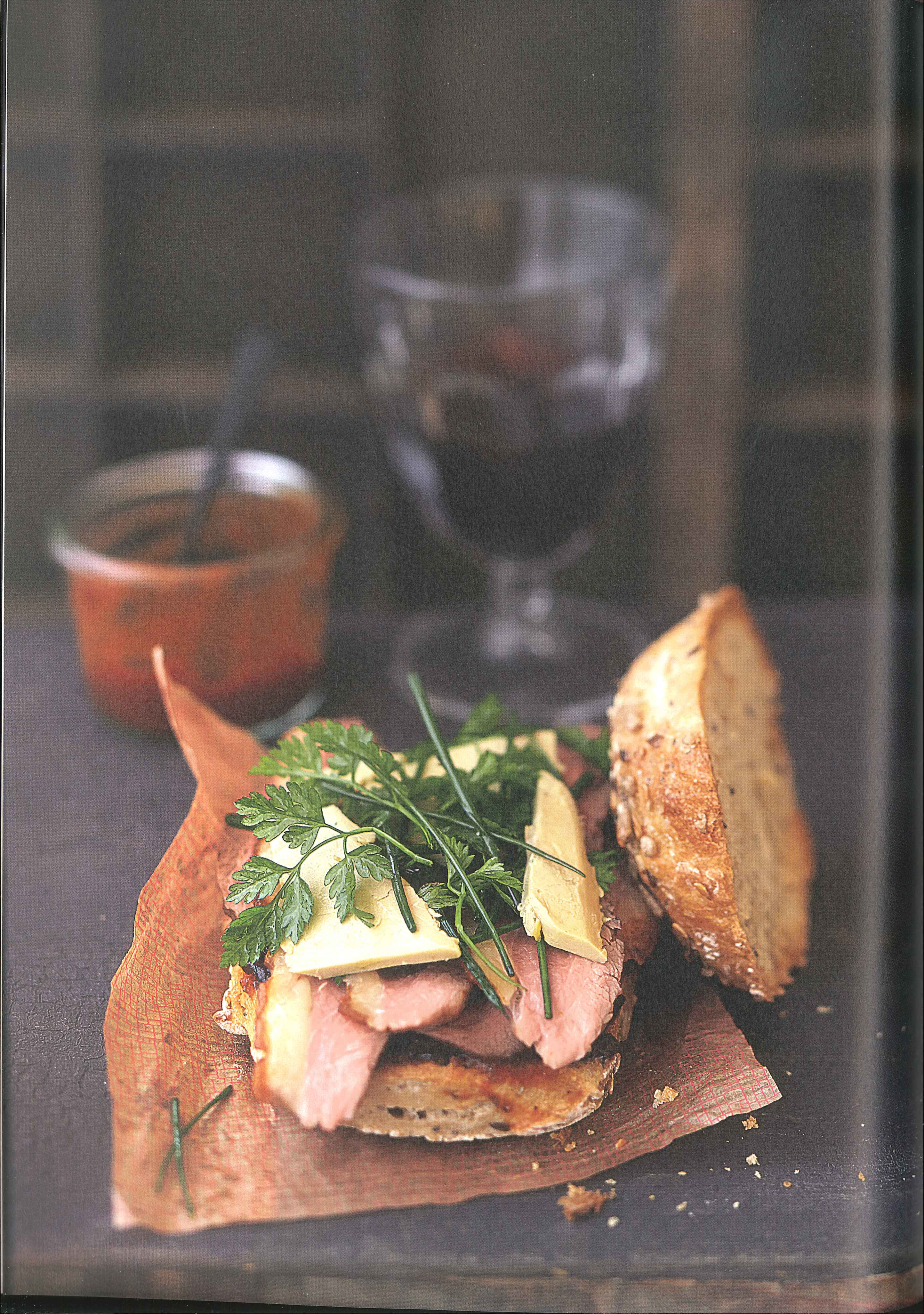
6 切碎核桃仁。剝掉鴨腿外皮，肉剝成絲，與核桃仁混合。放回剩有一些鴨油的炸鍋中保持熱度。

7 洗淨切細生菜。

8 麵包橫切為兩半，在烤架上稍微烤一下。

9 麵包下層塗上芥末蛋黃醬，依序放上馬鈴薯片、鴨肉絲、生菜。蓋上麵包上層，立即享用。


EXTRA! EXTRA! EXTRA!
GOURMET



DUCK CHIC BURGER

頂級鴨漢堡

準備時間：40 分鐘
烹煮時間：15 分鐘

材料：
製做 6 個漢堡的量

- 6 個種籽傳統小麵包（作法見 p.12）
- 2 片厚實的鴨胸肉
- 180g 熟鴨肥肝
- 200g 罐頭糖醋洋蔥或洋蔥醬
- 1 大把香草料（雪維菜、龍蒿、細香蔥……）
- 3 湯匙烤肉醬
- 2 湯匙酒醋醬汁
- 鹽、現磨胡椒

1 稍微去掉鴨胸肉的油，在皮上用刀切出斜紋，撒上鹽和胡椒。

2 鴨胸肉皮那面放在不放油的熱平底鍋裡，乾煎 6-8 分鐘，翻至肉那面再煎 5 分鐘。分片包在鋁箔紙裡，靜置10 分鐘。

3 預熱烤箱的烤架。

4 粗切香草料，在碗中和酒醋醬汁混合。

5 肥鴨肝切成薄片，鴨胸肉切成細長肉片。

6 麵包橫切為兩半，在烤架上稍微烤一下。

7 麵包下層鋪上糖醋洋蔥，依序再放上鴨胸肉片、鴨肝薄片、香草料。麵包上層塗上烤肉醬，蓋上麵包上層，立即享用。

BURGER TANDOORI

坦都里雞肉堡

準備時間：30 分鐘
醃肉時間：24 小時
烹煮時間：40-45 分鐘

材料：
製做6個漢堡的量

- 6 個橄欖傳統小麵包（作法見 p.12）
- 6 片雞肉薄片，每片約120-140g
- 120g 美生菜或蘿蔓生菜
- 2 顆紅洋蔥
- 150g 切達起司絲
- 2 條脆酸黃瓜（醃漬期短的）
- 1 茶匙坦都里香料粉末
- 6 湯匙蛋黃醬（作法見 p.16）
- 1 湯匙液狀蜂蜜
- 1 顆萊姆榨汁
- 3 湯匙橄欖油

醃醬：

- 1 個優格
- 1 湯匙坦都里香料粉末
- 1 顆切碎的蒜頭
- 1 顆萊姆榨汁
- 鹽、現磨胡椒

1 前一天先準備醃醬：在碗裡混合優格、坦都里香料粉末、蒜末、萊姆汁、鹽、胡椒。雞肉薄片放在深盤子裡，澆上醃醬，使肉均勻裹上醃料。蓋上保鮮膜，放置冰箱一夜。

2 次日，預熱烤箱 160℃（烤度 5-6）。

3 從醃醬中拿出雞肉片，放在鋪了烘培紙的烤盤裡，進烤箱烤 40-45 分鐘。

4 烤肉的同時間，剝洋蔥切絲。用橄欖油在鍋中以中火炒軟，直炒到有些金黃呈泥狀，最後加入蜂蜜，使之稍微焦糖化。保持熱度。

5 在碗裡混合蛋黃醬、坦都里香料粉末、萊姆汁。

6 酸黃瓜切片。洗淨切細生菜。

7 麵包橫切為兩半，上下層塗上坦都里蛋黃醬。下層鋪上生菜、洋蔥泥，放上 1 片切成塊的雞排、切達起司絲、幾片酸黃瓜。蓋上麵包上層，立即享用。



BURGER PICCATA

檸檬香雞堡

準備時間：30 分鐘
烹煮時間：12 分鐘

材料：
製做 6 個漢堡的量

- 6 個油漬番茄或原味小麵包（作法見 p.13）
- 6 片非常薄的雞肉片或小牛肉片
- 120g 義大利佩克里諾起司
- 1 條圓米茄
- 12 塊片切成 ¼ 浸在油裡的番茄乾
- 100g 生菜芽
- 1 顆檸檬榨汁
- 3 湯匙蛋黃醬（作法見 p.16）
- 5 湯匙橄欖油
- 鹽、現磨胡椒

1 預熱烤箱的烤架。

2 洗淨米茄，切成圓薄片，在平底鍋裡以一半量的橄欖油中火兩面各煎 3-4 分鐘，加鹽和胡椒。

3 麵包橫切為兩半，在烤架上稍微烤一下。

4 在碗裡混合蛋黃醬、一半的檸檬汁、鹽、胡椒。

5 薄肉片切大塊，撒鹽和胡椒，用剩下的橄欖油在平底鍋裡中火兩面快煎各 2 分鐘。移開火，將剩下的檸檬汁澆在肉上。放在平底鍋裡覆蓋鋁箔紙保溫。

6 義大利佩克里諾起司削成薄片。從油中取出番茄乾，切成丁。

7 麵包上下層塗上檸檬蛋黃醬，下層鋪上生菜芽，隨意加入米茄片、肉片、番茄丁。撒上義大利佩克里諾起司薄片。蓋上麵包上層，立即享用。



KEFTA BURGER

羔羊烤肉堡

準備時間：30 分鐘
烹煮時間：15 分鐘

材料：
製做 6 個漢堡的量

- 6 個原味或咖哩小圓麵包（作法見 p.13）
- 800g 羔羊絞肉
- 2 顆番茄
- 180g 切達起司
- 150g 美生菜
- 1 顆洋蔥
- ½ 把芫荽
- 2 湯匙藏茴香籽
- 6 湯匙香菜白醬（作法見 p.16）
- 3 湯匙橄欖油
- 鹽、現磨胡椒

1 剝開洋蔥切碎。摘下芫荽葉片剪碎。

2 沙拉碗中混合絞肉、洋蔥、芫荽、藏茴香籽、鹽、胡椒。

3 用手把肉捏成 18 片小肉排，平底鍋放橄欖油，中火將肉片兩面各煎 3-4 分鐘。保持熱度。

4 預熱烤箱的烤架。

5 洗淨番茄，切成丁。生菜切細。切達起司切薄片。

6 麵包橫切為兩半，在烤架上稍微烤一下。

7 麵包上下層塗上香菜白醬，下層鋪上生菜和番茄丁，放上 3 片小肉排、幾片切達起司，蓋上麵包上層，立即享用。

> 以瑞士馬鈴薯煎餅或洋蔥圈搭配這款漢堡
> （作法見 p.20-21）


MEZCLA ESPECIAL
CHIP MIX
El SALMÓN ES
DEL MERCADO DE
CATERINA

BURGER «PULLED PORC»

蛋黃醬豬肉堡

準備時間：45 分鐘
烹煮時間：4.5 小時（煮肉時間）

材料：
製做 6 個漢堡的量

- 6 個原味小圓麵包（作法見 p.13）
- 800g 整塊豬肩胛肉
- 1 顆洋蔥
- 2 瓣蒜頭
- 120g 脆葉萵苣或美生菜
- 2 條脆酸黃瓜（醃漬期短的）
- 1 茶匙匈牙利紅椒粉
- 1 湯匙孜然粉末
- 5 湯匙伍斯特醬
- 150ml 番茄醬（作法見 p.16）
- 1 大湯匙帶籽的芥末醬
- 5 湯匙蛋黃醬（作法見 p.16）
- 3 湯匙紅酒醋
- 3 湯匙橄欖油
- 40g 粗紅糖
- 鹽、現磨胡椒

1 預熱烤箱140℃（烤度 4-5）。

2 剝開洋蔥和蒜頭切碎。

3 碗中混合紅椒粉、孜然粉、番茄醬、伍斯特醬、紅酒醋、粗紅糖、鹽、胡椒。

4 深鍋中放油，快煎肩胛肉兩面各 3 分鐘，加入洋蔥和蒜末，中火再炒 5 分鐘。碗中混合的香料倒入鍋中，並加上150ml 的水。蓋上鍋蓋放入烤箱，烤 4.5 小時，期間每個小時將肉翻面（如果燒乾，可加一點水）。

5 碗中混合蛋黃醬和芥末醬。

6 洗淨生菜切細。酸黃瓜切圓片。

7 從烤箱裡拿出鍋子，讓肉放置 20 分鐘。預熱烤箱的烤架。

8 麵包橫切為兩半，在烤架上稍微烤一下。

9 拿叉子把肉撕成絲狀。

10 麵包下層塗上芥末蛋黃醬，鋪上生菜、豬肉絲，幾片酸黃瓜，蓋上麵包上層，立即享用。





準備時間：30 分鐘
烹煮時間：20 分鐘

BURGER COCHON

豬豬漢堡

材料：

製做 6 個漢堡的量

- 6 個卡門貝爾起司麵包或原味傳統麵包（作法見 p.12）
- 800-900g 豬絞肉
- 12 片煙燻鹹肉
- 1 塊卡門貝爾起司
- 100g 綜合生菜
- 3 湯匙蛋黃醬（作法見 p.16）
- 1 大湯匙帶籽芥末醬
- 3 湯匙橄欖油
- 鹽、現磨胡椒

1 絞肉加鹽和胡椒，按麵包形狀分成 6 等份。

2 預熱烤箱的烤架。

3 洗淨綜合生菜。將卡門貝爾起司切成 5-7mm 厚的 12 等份。

4 碗中混合蛋黃醬和芥末醬。

5 平底鍋中放油，中火煎豬肉排兩面各 6-8 分鐘，盛入盤中，保持熱度。倒掉鍋中的油，乾煎煙燻鹹肉兩面各 1-2 分鐘。

6 麵包橫切為兩半，在烤架上稍微烤一下。

7 麵包上下層塗上芥末蛋黃醬，下層鋪上生菜，放上豬肉排、2 片煙燻鹹肉、卡門貝爾起司，蓋上麵包上層，立即享用。

以芥末蛋黃醬芹菜葡萄柚沙拉搭配這款漢堡
（請看 p.20）

BURGER À LA MILANAISE

米蘭風味堡

準備時間：40 分鐘
烹煮時間：6 分鐘

材料：
製做6個漢堡的量

- 6個義大利拖鞋麵包（麵包店購買）
- 6片非常薄的小牛肉片，每片約130g
- 2顆牛心番茄
- 100g 芝麻菜
- 120g 整塊的帕瑪森起司
- 20片羅勒葉
- 2顆雞蛋
- 100g 麵包粉
- 60g 麵粉
- 4湯匙蛋黃醬（作法見 p.16）
- 油炸專用油
- 鹽、現磨胡椒

1. 在深盤子裡打蛋。麵包粉和麵粉分別放到另外兩個深盤子裡。
2. 小牛肉片加鹽和胡椒，依序沾麵粉、蛋汁、麵包粉。
3. 切碎羅勒葉片，在碗裡和蛋黃醬混合。
4. 預熱烤箱的烤架。
5. 洗淨番茄，切圓片。用削皮刀將帕瑪森起司削成薄片。洗淨芝麻菜。
6. 大平底鍋裡放炸油，中火煎肉片每面2-3分鐘，放在吸油紙上吸油。以鋁箔紙包住保持熱度。
7. 麵包橫切為兩半，在烤架上稍微烤一下。
8. 麵包上下層塗上羅勒蛋黃醬，下層鋪上芝麻菜和番茄片，放上1片小牛肉片和一些帕瑪森起司削成薄片。蓋上麵包上層，立即享用。



BURGER MERGUEZ

辛辣香腸堡

準備時間：30 分鐘
烹煮時間：30 分鐘

材料：
製做 6 個漢堡的量

- 6 個油漬番茄或原味小圓麵包（作法見 p.13）
- 6 條辛辣香腸
- 2 大顆番茄
- 2 大顆洋蔥
- 100g 美生菜
- 150g 切達起司
- ½ 把芫荽
- 1 茶匙孜然粉
- 8 湯匙番茄醬（作法見 p.16）
- 1 茶匙哈里薩辣醬
- Tabasco 辣醬
- 20g 奶油
- 1 茶匙粗紅糖
- 3 湯匙植物油
- 鹽、現磨胡椒

1. 剝開洋蔥切細絲，在平底鍋裡以一半量的油和奶油小火拌炒 20-25 分鐘，炒到一半時加入孜然粉、粗紅糖、鹽、胡椒，不停攪拌。

2. 碗中混合一半量的番茄醬和哈里薩辣醬，滴幾滴 Tabasco 辣醬。

3. 洗淨生菜切細，切碎芫荽，在碗裡混合。

4. 切達起司切成 6 薄片。洗淨番茄切圓片。

5. 預熱烤箱的烤架。

6. 平底鍋以剩下的油煎辛辣香腸 7-10 分鐘。

7. 麵包橫切為兩半，在烤架上稍微烤一下。

8. 麵包下層塗上調好的辣味番茄醬，上層塗原味番茄醬。下層鋪上混合芫荽的生菜、一半炒好的洋蔥、切成兩段的辛辣香腸、1 片切達起司、幾片番茄、最後鋪上另一半洋蔥。蓋上麵包上層，立即享用。




Kid's
Burger

準備時間：15分鐘
烹煮時間：5分鐘

材料：
製做6個漢堡的量

- 6個牛奶麵包
- 6片2mm厚的火腿肉片
- 12片漢堡專用起司
- 6片生菜
- 4湯匙番茄醬（作法見p.16）
- 30g融化奶油

KIDS BURGER
兒童漢堡

1 預熱烤箱180℃（烤度6）。

2 洗淨生菜，切絲。

3 在烤盤上鋪烘培紙，用小刷子在紙上刷上融化奶油。

4 每片火腿肉切成3片長方形，放在烤盤中，刷上融化奶油。

5 麵包橫切為兩半，放在另一個烤盤上。

6 兩個烤盤都放烤箱烤5分鐘。取出烤盤。

7 麵包上下層塗上番茄醬，下層鋪上半片生菜、3長條型火腿肉、2片起司和另外半片生菜。蓋上麵包上層，立即享用。



魚 & 蔬菜！



BURGER FISH & CHIPS

鮮魚堡 & 薯條

準備時間：40分鐘
烹煮時間：5 分鐘

材料：
製做6個漢堡的量

- 6 個魷魚墨汁或原味小圓麵包（作法見 p.13）
- 6 片牙鱈或青鱈魚片，每片約 140g
- 120g 美生菜或蘿蔓生菜
- 200g 麵粉
- 2 顆雞蛋
- 150-200ml 啤酒
- 2 撮小蘇打粉
- 鹽、現磨胡椒
- 油炸專用油
- 薯條（作法見 p.21）

醬料：

- ½ 個洋蔥
- 6 小條酸黃瓜
- 1 湯匙酸豆
- 1 湯匙切碎香芹
- 120g 蛋黃醬（作法見 p.16）

1 準備醬料：切碎酸豆和洋蔥，酸黃瓜切小丁。碗中混合蛋黃醬、酸豆、酸黃瓜、洋蔥、香芹、鹽、胡椒。

2 分開蛋黃與蛋白。在沙拉碗中混合麵粉、小蘇打粉、蛋黃、啤酒、鹽、胡椒。蛋白打發成霜，分次混進麵糊裡。

3 炸油加熱到 170℃。

4 洗淨生菜，切絲。

5 魚片若太長，可切成塊，用叉子插著輕輕沾上麵糊，放進炸油裡炸 4-5 分鐘。起鍋後放在吸油紙上吸油。

6 麵包橫切為兩半，上下層塗上調好的醬料。下鋪上生菜、炸魚塊。蓋上麵包上層，立即搭配薯條享用。


claims of
10.9%
calls

準備時間：30 分鐘
烹煮時間：10 分鐘

THAÏ BURGER AUX CREVETTES

泰式鮮蝦堡

材料：
製做 6 個漢堡的量

- 6 個原味或芝麻小圓麵包（作法見 p.13）
- 48 隻中型去殼生蝦
- 2 條紅蘿蔔
- 2 顆紅椒
- 200g 大白菜
- ½ 把芫荽
- 1 瓣蒜頭
- 1 根香茅
- 1 大湯匙薑泥
- 1 湯匙紅咖哩泥
- 4 大湯匙蛋黃醬（作法見 p.16）
- 100ml 橄欖油
- 鹽、現磨胡椒

1 紅椒和紅蘿蔔去皮，切成細絲。

2 洗淨大白菜，切絲。蒜頭剝開切碎。芫荽洗淨粗切。香茅切碎。

3 碗中混合蛋黃醬和一半量的咖哩泥。

4 在大平底鍋中以橄欖油小火炒蒜末、香茅碎末 2 分鐘，放入蝦，大火拌炒 2 分鐘，分次加入紅椒絲、紅蘿蔔絲，大火繼續炒 3 分鐘。加入剩下的咖哩醬和薑泥。加鹽、胡椒，繼續拌炒 2 分鐘。

5 平底鍋離火，加入芫荽和大白菜絲，混合均勻。

6 麵包橫切為兩半，上下層塗上咖哩蛋黃醬。下層鋪上熱炒的蔬菜和 8 隻蝦。蓋上麵包上層，立即享用。


Bangkok

BURGER AU SAUMON

鮭魚堡

準備時間：35 分鐘
烹煮時間：5 分鐘

材料：
製做 6 個漢堡的量

- 6 個原味或罌粟籽小圓麵包（作法見 p.13）
- 700 g 蘇格蘭鮭魚
- 12 片切成 ¼ 浸在油裡的番茄乾
- 100g 整塊的帕瑪森起司
- 18 片羅勒葉
- 6 支芫荽
- 6 湯匙法式貝亞恩醬（作法見 p.17）
- 3 湯匙橄欖油
- 500ml 油炸專用油
- 鹽、現磨胡椒

1 預熱烤箱的烤架。

2 鮭魚切成 12 片。

3 番茄乾切小塊。芫荽剝下葉片。以削皮刀將帕瑪森起司消成薄片。

4 鍋中加熱炸油。

5 油熱之後，芫荽葉片和羅勒葉片下油鍋炸 20-30 秒。放在吸油紙上吸油，撒鹽。

6 以橄欖油熱平底鍋，煎鮭魚兩面各 1 分鐘，加鹽和胡椒，保持熱度。

7 麵包橫切為兩半，在烤架上稍微烤一下。

8 麵包下層塗上法式貝亞恩醬，鋪上番茄乾，放上 2 片鮭魚，撒上帕瑪森起司和香草料。蓋上麵包上層，立即享用。



準備時間：40 分鐘
烹煮時間：10 分鐘

BURGER AU THON GRILLÉ

烤鮪魚堡

材料：
製做 6 個漢堡的量

- 6 個魷魚墨汁或原味小圓麵包（作法見 p.13）
- 600g 紅鮪魚厚片
- 1 顆黃椒
- 1 顆紅椒
- 120g 脆葉萵苣或蘿蔓生菜
- 50g 酸豆
- 100ml 甜醬油
- 3 湯匙萊姆汁
- 5 大湯匙蛋黃醬（作法見 p.16）
- 3 湯匙橄欖油
- 鹽、現磨胡椒

1 粗切酸豆，在碗中混合蛋黃醬、萊姆汁、鹽、胡椒。

2 鮪魚片撒鹽和胡椒，平底鍋裡加一半量橄欖油中火兩面各煎 2 分鐘：鮪魚片中心應該還是生的。倒下醬油，鮪魚裹上醬油，熄火，繼續在醬汁中攪拌 5 分鐘。慢慢放涼。

3 紅椒、黃椒剝皮切絲，在鍋裡以剩的橄欖油大火拌炒 2 分鐘至焦黃。

4 洗淨切細生菜。煎好的鮪魚切片。

5 麵包橫切為兩半，上下層塗上酸豆蛋黃醬。下層鋪上生菜、彩椒、鮪魚片。蓋上麵包上層，立即享用。

以葡萄乾高麗菜沙拉搭配這款漢堡，無懈可擊
（作法見 p.21）



BURGER SARDINES-TAPENADE

黑橄欖醬沙丁魚堡

準備時間：30 分鐘
烹煮時間：10 分鐘

材料：
製做 6 個漢堡的量

- 6 個油漬番茄或原味小圓麵包（作法見 p.13）
- 12 條油漬沙丁魚
- 3 顆雞蛋
- 3 顆番茄
- 1 顆青椒
- 2 顆中型洋蔥
- 1 瓣蒜頭
- 6 湯匙黑橄欖醬
- 150ml 橄欖油

1 加鹽沸水裡煮 10 分鐘雞蛋，煮好後浸入冷水中，剝開白煮蛋，切圓片。

2 番茄洗淨切圓片。青椒剝皮去籽切成細絲。洋蔥剝皮切圓片。

3 沙丁魚瀝乾油。

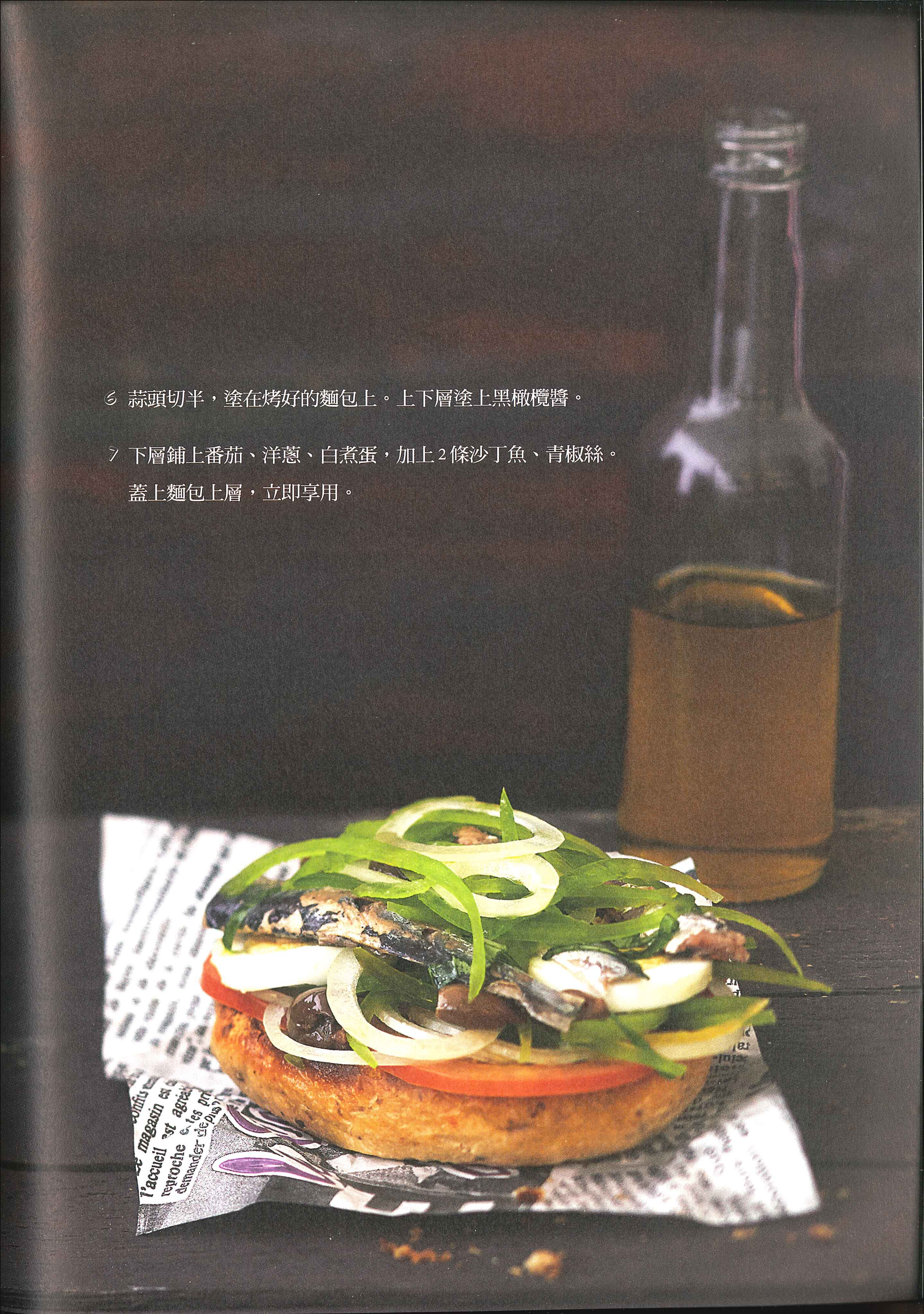
4 預熱烤箱的烤架。

5 麵包橫切為兩半，上下層塗上橄欖油，在烤架上稍微烤一下。



6 蒜頭切半，塗在烤好的麵包上。上下層塗上黑橄欖醬。

7 下層鋪上番茄、洋蔥、白煮蛋，加上 2 條沙丁魚、青椒絲。
蓋上麵包上層，立即享用。



準備時間：20分鐘
烹煮時間：5分鐘

材料：
製做6個漢堡的量

- 6個原味或罌粟籽小圓麵包（作法見p.13）
- 9個新鮮雞蛋
- 4顆紅色苦苣
- 1把細香蔥
- 80g整塊帕瑪森起司
- 2湯匙蘋果酒醋
- 2湯匙濃稠鮮奶油
- 2湯匙橄欖油
- 鹽、現磨胡椒

BURGER AUX ŒUFS BROUILLÉS

炒蛋漢堡

1 用削皮刀把帕瑪森起司削成薄片。細香蔥洗淨剪成末。

2 苦苣剝掉外層幾片比較苦的葉子和菜心，切絲，在沙拉碗中和橄欖油、酒醋、鹽、胡椒混合攪拌。

3 蛋打在鍋裡，加鹽和胡椒，以隔水加熱方式煮約5分鐘，用攪拌器不停攪拌成炒蛋，分次加入鮮奶油和細香蔥。

4 麵包橫切為兩半，下層鋪上苦苣，加上炒蛋。上層撒上起司薄片，蓋上，立即享用。



BURGER MOZZA-PEPERONE

莫札瑞拉起司彩椒堡

準備時間：30 分鐘
烹煮時間：25 分鐘

材料：
製做 6 個漢堡的量

- 6 個義大利拖鞋麵包（麵包店購買）
- 500g 煙燻莫札瑞拉起司
- 1 顆黃椒
- 1 顆紅椒
- 1 顆青椒
- 1 顆洋蔥
- 12 顆去籽青橄欖
- 100g 芝麻菜
- 50g 松子
- 6 湯匙羅勒青醬
- 3 湯匙橄欖油
- 鹽、現磨胡椒

1 彩椒剝皮切細絲。洋蔥剝皮切絲。

2 大平底鍋以橄欖油中火炒軟洋蔥 5 分鐘，加上彩椒，加鹽和胡椒，續煮 15 分鐘，不時攪拌。

3 炒彩椒的同時，切碎橄欖。在不沾鍋中乾烤松子 2-3 鐘。

4 彩椒炒好，在鍋中加入橄欖和松子，攪拌均勻。

5 預熱烤箱的烤架。



做好漢堡後也可以整個放進烤箱烤3-4分鐘，讓莫札瑞拉起司更融化一些。

6 起司切成6片稍厚片狀，撒上鹽和胡椒。

7 麵包橫切為兩半，在烤架上稍微烤一下。

8 麵包上下層塗上羅勒青醬。下層鋪上芝麻菜、炒熱的彩椒、起司片。蓋上麵包上層，立即享用。




¡CRUNCH!

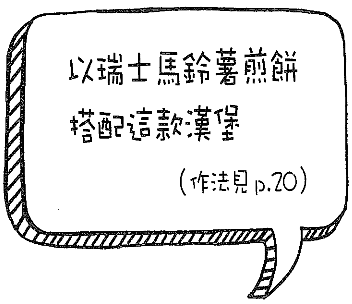
BURGER VÉGÉTARIEN AUX NOIX

蔬菜核桃堡

準備時間：30 分鐘
烹煮時間：10 分鐘

材料：
製做 6 個漢堡的量

- 6 個傳統或芝麻小圓麵包（作法見 p.13）
- 6 片豆腐排
- 100g 新鮮豆芽
- 1 大根筍瓜
- 2 根紅蘿蔔
- 50g 核桃仁
- 80g 熟成的米摩勒特起司
- 1 把細香蔥
- 6 湯匙白起司
- 5 湯匙橄欖油
- 鹽、現磨胡椒



1 粗切核桃仁，不必太碎。米摩勒特起司刨成絲。

2 紅蘿蔔削皮切細絲。筍瓜洗淨也切成細絲。

3 細香蔥切碎，在沙拉碗中和白起司混合，加鹽和胡椒。

4 豆芽在加鹽沸水中燙 2 分鐘，瀝乾，沖冷水。

5 在炒鍋或平底鍋以 3 湯匙橄欖油大火拌炒紅蘿蔔絲、筍絲 3-4 分鐘。加鹽和胡椒。

6 平底鍋以剩下的橄欖油快煎豆腐排，每面各 2-3 分鐘，保持熱度。

7 麵包橫切為兩半，下層塗上白起司細香蔥醬，依序放上蔬菜、豆腐排、撒上核桃仁及起司絲。蓋上麵包上層，立即享用。



熱狗堡 & 貝果！



準備時間：15分鐘
烹煮時間：5分鐘

材料：
製做6個熱狗堡的量

- 6個熱狗麵包
- 6條法蘭克福香腸
- 4湯匙番茄醬（作法見p.16）
- 4湯匙微甜不嗆的芥末醬

HOT-DOG CLASSIQUE

傳統熱狗堡

1 香腸放在微開的沸水中浸泡5分鐘。取出瀝乾水。

2 麵包橫切為兩半，放在盤中覆蓋保鮮膜，放微波熱30秒（或放烤箱熱2分鐘）。

3 麵包裡夾1根香腸，抹上芥末醬和番茄醬。蓋上麵包上層，立即享用。

以薯條搭配熱狗堡
（作法見p.21）


THE GLOBAL EDITION OF THE NEW YORK TIMES

HOT-DOG AU CHORIZO

西班牙臘腸熱狗堡

準備時間：30 分鐘
烹煮時間：30 分鐘

材料：
製做6個熱狗堡的量

- 6 條小根的棍子麵包
- 300g 粗西班牙臘腸
- 150g 西班牙曼徹格山羊起司
- 3 顆中型洋蔥
- 1 湯匙埃斯佩萊特辣椒粉
- 4 大湯匙蛋黃醬（作法見 p.16）
- 25g 奶油
- 3 湯匙橄欖油

1. 洋蔥剝皮切絲，平底鍋裡放奶油混合橄欖油中火炒 20-25 分鐘，直至金黃軟綿。
2. 撕掉臘腸外皮，切成很薄圓片。起司刨成絲。
3. 碗中混合蛋黃醬和埃斯佩萊特辣椒粉。
4. 預熱烤箱的烤架。
5. 棍子麵包橫切開，不要全部切斷，在一面上放上炒好的洋蔥泥和臘腸片，撒上起司絲。
6. 棍子麵包攤平放烤盤上，在烤架上烤幾分鐘讓起司融化微焦。
7. 從烤箱拿出麵包，在沒放料的半面塗上埃斯佩萊特辣椒蛋黃醬。蓋上麵包，立即享用。





HOT-DOG CHIPO

豬肉辣香腸熱狗堡

準備時間：20 分鐘
烹煮時間：30 分鐘

材料：
製做6個熱狗堡的量

- 6個熱狗麵包
- 6大根香草料豬肉辣香腸
- 2顆中型洋蔥
- 120g芝麻菜
- 1個蛋黃
- 1大湯匙 Savora 嗆芥末醬
- 3湯匙雪莉醋
- 1茶匙液狀蜂蜜
- 3湯匙橄欖油
- 80-100ml 植物油
- 1茶匙細砂糖
- 鹽、現磨胡椒

1 在碗中混合蛋黃和芥末醬，分次慢慢注入植物油，並不停用攪拌器攪拌，直至成為蛋黃醬。加鹽和胡椒。加入蜂蜜和一點冷水，醬汁要稍成濃稠狀。

2 剝開洋蔥切絲，在炒鍋中以一半量的橄欖油拌炒15-20分鐘，加入糖、醋、鹽和胡椒，繼續拌炒5分鐘，保持熱度。

3 平底鍋用剩下的一半橄欖油煎香草料豬肉辣香腸6-10分鐘，橫腰切成兩截。

4 麵包橫切開，放在微波爐中熱1分鐘（或放烤箱熱2分鐘）。

5 麵包下層鋪上芝麻菜，放上切成兩半的香草料豬肉辣香腸和炒好的洋蔥。蓋上麵包，立即享用。





準備時間：20 分鐘
烹煮時間：25 分鐘

HOT-DOG GRATINÉ À L'ANDOUILLE

焗烤肉腸熱狗堡

材料：
製做6個熱狗堡的量

- 6 個熱狗麵包
- 18 片切成 3 公分厚的肉腸
- ½ 顆金冠蘋果
- 2 顆中型洋蔥
- 80g 格魯耶爾起司絲
- 30g 奶油
- 1 茶匙細砂糖
- 鹽、現磨胡椒

1 洋蔥剝皮切絲，平底鍋裡放奶油炒約 10 分鐘，直至稍呈金黃色。

2 蘋果削皮，切成丁，放入炒洋蔥的鍋中，加上糖、鹽、胡椒，小火續煮 8-10 分鐘。

3 撕掉肉腸外皮，切成一半。

4 預熱烤箱的烤架。

5 麵包橫切開，下層塗上洋蔥蘋果泥，放上 6 片切成半的肉腸，撒上起司絲。放好料的下層放進烤箱幾分鐘。

6 蓋上麵包上層，立即享用。

麵包上層也可塗上一層不嗆的芥末醬。

準備時間：30 分鐘
烹煮時間：25 分鐘

HOT-DOG MERGUEZ-OIGNONS

辛辣香腸洋蔥熱狗堡

材料：
製做6個熱狗堡的量

- 6個熱狗麵包
- 6條辛辣香腸
- 100g 芝麻菜
- 2大顆洋蔥
- 1茶匙孜然粉
- 1湯匙哈里薩辣醬
- ½顆萊姆榨汁
- 4大湯匙蛋黃醬（作法見 p.16）
- 4湯匙橄欖油
- 鹽、現磨胡椒

1 洋蔥剝皮切絲。

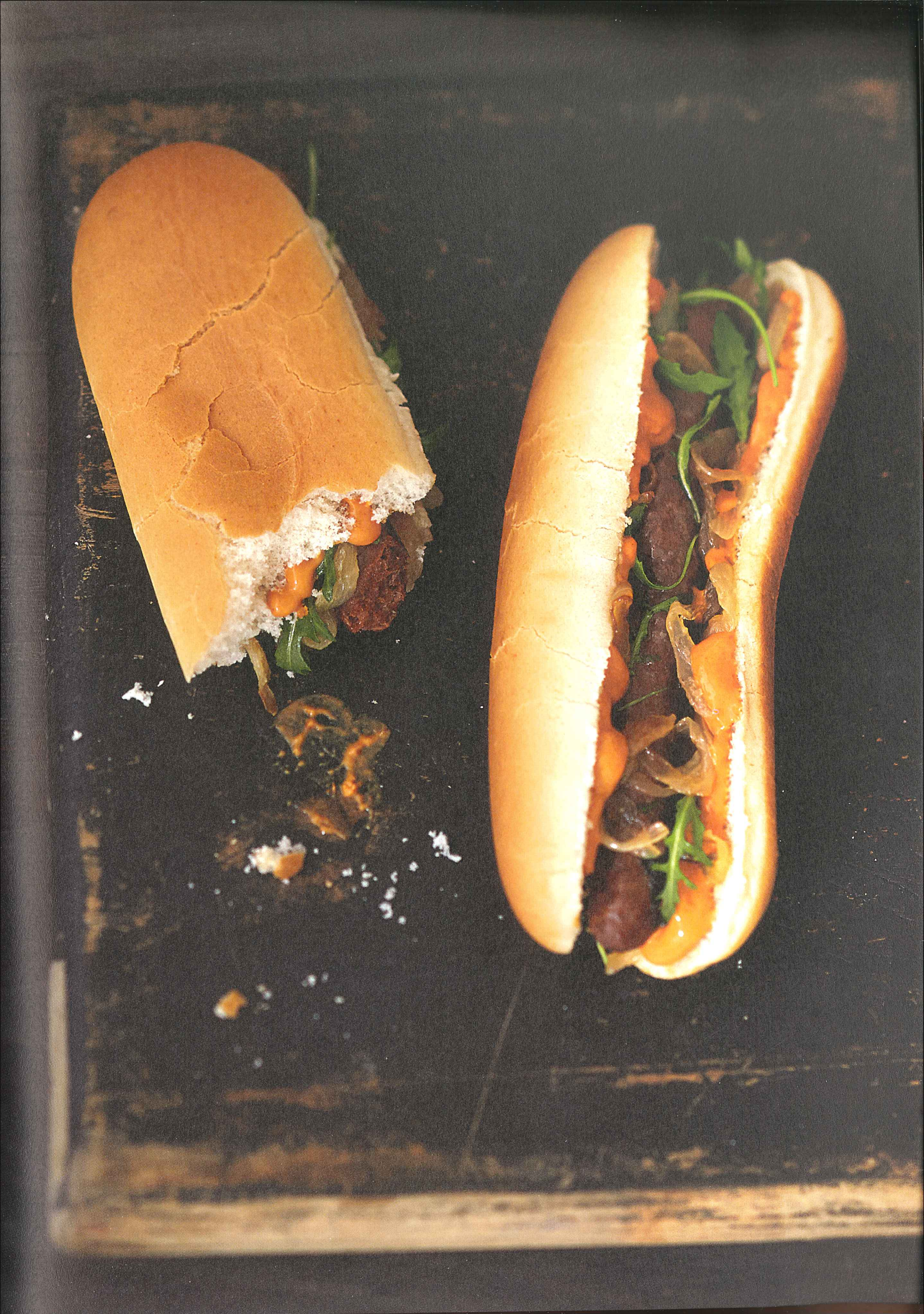
2 平底鍋裡以3湯匙橄欖油小火炒洋蔥和孜然粉約20分鐘，直至洋蔥軟綿呈金黃色。加鹽和胡椒。

3 另一個平底鍋（或在烤箱烤架上烤）以剩下的橄欖油中火煎辛辣香腸5-7分鐘，不時翻動。保持熱度。

4 碗裡混合蛋黃醬、哈里薩辣醬、萊姆汁。

5 麵包橫切開，放進微波爐熱30秒（或烤箱2分鐘）。

6 麵包上下層塗上哈里薩蛋黃醬，鋪上芝麻菜和洋蔥泥，放上1根香辣腸，蓋上麵包上層，立即享用。



準備時間：30 分鐘
烹煮時間：30 分鐘

HOT-DOG POULET-CACAHUÈTES

花生雞柳熱狗堡

材料：
製做 6 個熱狗堡的量

- 6 個熱狗麵包
- 18 條雞胸肉條
- 2 大顆洋蔥
- 100g 帶皮鹹花生仁
- 150g 脆葉萵苣或蘿蔓生菜
- 6 湯匙辣味番茄醬 （作法見 p.17）
- 1 湯匙 Tabasco 辣醬
- 2 大湯匙液狀蜂蜜
- 20g 奶油
- 3 湯匙橄欖油
- 鹽、現磨胡椒

1 花生仁粗切一下。洋蔥剝皮切絲。

2 平底鍋裡以奶油混合一半量的橄欖油中火炒洋蔥 15-20 分鐘，加鹽和胡椒。

3 洋蔥加進 Tabasco 辣醬，盛到盤裡。

4 平底鍋倒進另一半油，放入雞肉條每面煎 3-4 鐘，加鹽和胡椒。加入碎花生和蜂蜜，大火拌攪 2 分鐘，使之焦糖化。

5 把炒好的洋蔥倒回雞肉平底鍋裡混合，保持熱度。

6 洗淨生菜，切絲。

7 麵包橫切開，放進微波爐熱 1 分鐘（或烤箱 2 分鐘）。

8 麵包上下層塗上辣味番茄醬，鋪上生菜，放上混合著洋蔥和花生的 3 條雞柳。蓋上麵包上層，立即享用。



BAGEL ŒUF-BACON

培根雞蛋貝果

準備時間：30 分鐘
烹煮時間：20 分鐘

材料：
製做 6 個貝果的量

- 6 個貝果
- 6 顆雞蛋
- 12 片培根
- 6 塊切成 ¼ 的油漬番茄
- 120g 美生菜
- 2 株龍蒿
- 4 大湯匙蛋黃醬（作法見 p.16）
- 1 湯匙植物油
- 鹽、現磨胡椒

1 在加鹽沸水中煮蛋 10 分鐘，煮好浸入冷水中，剝殼。

2 平底鍋裡放油，大火煎培根 5-6 分鐘，放在吸油紙上吸油。

3 摘下龍蒿葉片，切碎。切碎白煮蛋、油漬番茄、培根。

4 碗裡混合龍蒿碎片和蛋黃醬，加入切碎的白煮蛋、番茄、培根。

5 預熱烤箱的烤架（或專門夾烤三明治的機器）。

6 洗淨生菜，切絲。

7 貝果橫切開，下層鋪上生菜，放上厚厚 1 層內料。蓋上貝果上層，輕壓一下。

8 貝果放上烤架烤 4-5 分鐘（或夾進烤三明治的機器）。立即享用。


HAZ TU PEDIDO
Y PAGA
te daremos
la bebida y un número
TE LLEVAREMOS
TU COMIDA A LA MESA
BUNS



準備時間：20 分鐘
烹煮時間：5 分鐘

BAGEL SAUMON-CURRY

咖哩鮭魚貝果

材料：
製做6個貝果的量

- 6 個芝麻貝果
- 500g 塊狀（或片狀）燻鮭魚
- 2 根紅蘿蔔
- ½ 根小黃瓜
- 100g 沙拉苗（芝麻菜、馬齒莧……）
- 120g 白起司
- 1 茶匙咖哩粉
- ½ 顆萊姆榨汁
- 1 茶匙液狀蜂蜜
- 3 湯匙橄欖油
- 鹽、現磨胡椒

1 紅蘿蔔削皮刨成絲，在碗裡和一半量的橄欖油、鹽、胡椒混合。

2 黃瓜洗淨切圓薄片，在另一碗中和剩下的橄欖油、鹽、胡椒混合。

3 在另一容器中混合白起司、咖哩粉、蜂蜜、萊姆汁、鹽、胡椒。

4 燻鮭魚切成 2-3mm 厚的鮭魚片。

5 預熱烤箱的烤架（或專門夾烤三明治的機器）。

6 貝果橫切開，下層塗上咖哩醬，鋪上沙拉苗、燻鮭魚片、紅蘿蔔絲、黃瓜片。蓋上麵包上層，輕壓一下。

7 貝果放上烤架烤 4-5 分鐘（或夾進烤三明治的機器）。立即享用。

準備時間：30 分鐘
烹煮時間：20 分鐘

材料：
製做 6 個貝果的量

- 6 個貝果
- 600g 每片約 2cm 厚的火雞胸肉片
- 2 大顆酪梨
- 120g 美生菜或蘿蔓生菜
- 150g 熟成米摩勒特起司
- 1 瓣蒜頭
- ½ 顆萊姆榨汁
- 5 湯匙橄欖油
- 鹽、現磨胡椒

BAGEL MIMO-DINDE À L'AVOCAT

火雞肉起司酪梨貝果

1. 平底鍋以一半量橄欖油中火煎火雞肉片每面 6-8 分鐘，加鹽和胡椒，保持熱度。
2. 切開酪梨，去掉核，粗切酪梨肉，和 1 瓣剝去皮的蒜頭、萊姆汁、鹽、胡椒一起以電動攪拌器攪成平滑的泥。
3. 以削皮刀把米摩勒特起司削成薄片。
4. 生菜洗淨切細絲，在沙拉碗中和剩下的橄欖油、鹽、胡椒混合。
5. 火雞肉切成細長片。
6. 預熱烤箱的烤架（或專門夾烤三明治的機器）。
7. 貝果橫切開，下層塗上酪梨泥，鋪上生菜，放上火雞肉切片，撒上起司薄片。蓋上麵包上層，輕壓一下。
8. 貝果放上烤架烤 5-7 分鐘（或夾進烤三明治的機器）。立即享用。





準備時間：20分鐘
烹煮時間：5分鐘

材料：

製做6個貝果的量

- 6個原味或芝麻貝果
- 250g切成薄片的燻鴨胸肉
- 300g半乾的山羊灰起司
- 120g美生菜
- 70g核桃仁
- 1大湯匙液狀蜂蜜
- 3湯匙橄欖油
- 現磨胡椒

BAGEL MAGRET-CHÈVRE

鴨胸起司貝果

1. 核桃仁粗切一下。
2. 生菜洗淨切絲。山羊起司切薄片。
3. 燻鴨肉若太油，可切掉一些外皮油脂。
4. 預熱烤箱的烤架（或專門夾烤三明治的機器）。
5. 貝果橫切開，下層鋪上生菜絲，淋上一半量的橄欖油，放加上山羊起司，淋上一點蜂蜜，再淋上剩下的橄欖油。磨撒幾下胡椒，撒上核桃仁，放上幾片鴨胸肉片。蓋上麵包上層，輕壓一下。
6. 貝果放上烤架烤4-5分鐘（或夾進烤三明治的機器）。立即享用。

準備時間：30 分鐘
烹煮時間：15 分鐘

BAGEL COMME UN PAN BAGNAT

尼斯三明治貝果

材料：

製做6個貝果的量

- 6 個原味貝果
- 300g 橄欖油漬鮪魚罐頭
- 12 條油浸鯷魚
- 2 顆大番茄
- 1 顆青椒
- 16 個去核黑橄欖
- 120g 美生菜或脆葉萵苣或芝麻菜
- 2 顆雞蛋
- 100ml 橄欖油
- 鹽、現磨胡椒

1. 加了鹽的沸水煮蛋 10 分鐘，沖冷水，剝掉蛋殼。
2. 番茄浸在沸水中 30 秒，取出沖冷水，撕掉外皮，切成小丁。
3. 青椒剝皮去籽，也切成小丁。
4. 洗淨生菜，切絲。
5. 切碎橄欖、鯷魚、白煮蛋。
6. 在沙拉碗中混合弄碎的罐頭鮪魚、鯷魚、橄欖、蛋、番茄、青椒、鹽、胡椒
7. 預熱烤箱的烤架（或專門夾烤三明治的機器）。
8. 貝果橫切開，用刷子上下兩層塗上一點橄欖油，下層鋪上生菜、鮪魚混合內料。蓋上麵包上層，輕壓一下。
9. 貝果放上烤架烤 4-5 分鐘（或夾進烤三明治的機器）。立即享用。


IMPORTADO DE ESPAÑA
El Velero
MARCA REGISTRADA

BAGEL DE SARDINES À L'AIGRE-DOUX

酸甜沙丁魚貝果

準備時間：30 分鐘
烹煮時間：15 分鐘

材料：
製做 6 個貝果的量

- 6 個芝麻貝果
- 12 條罐頭油漬沙丁魚
- 1 大顆洋蔥
- 100g 芝麻菜
- 1 小把香芹
- 70g 軟的葡萄乾
- 70g 松子
- ½ 顆鹽漬萊姆
- 2 湯匙液狀蜂蜜
- 5 湯匙橄欖油
- 鹽、現磨胡椒

1 鹽漬萊姆用水沖去鹽份，擦乾，挖出果肉切成小丁。

2 洗淨香芹，切碎。剝開洋蔥切碎。

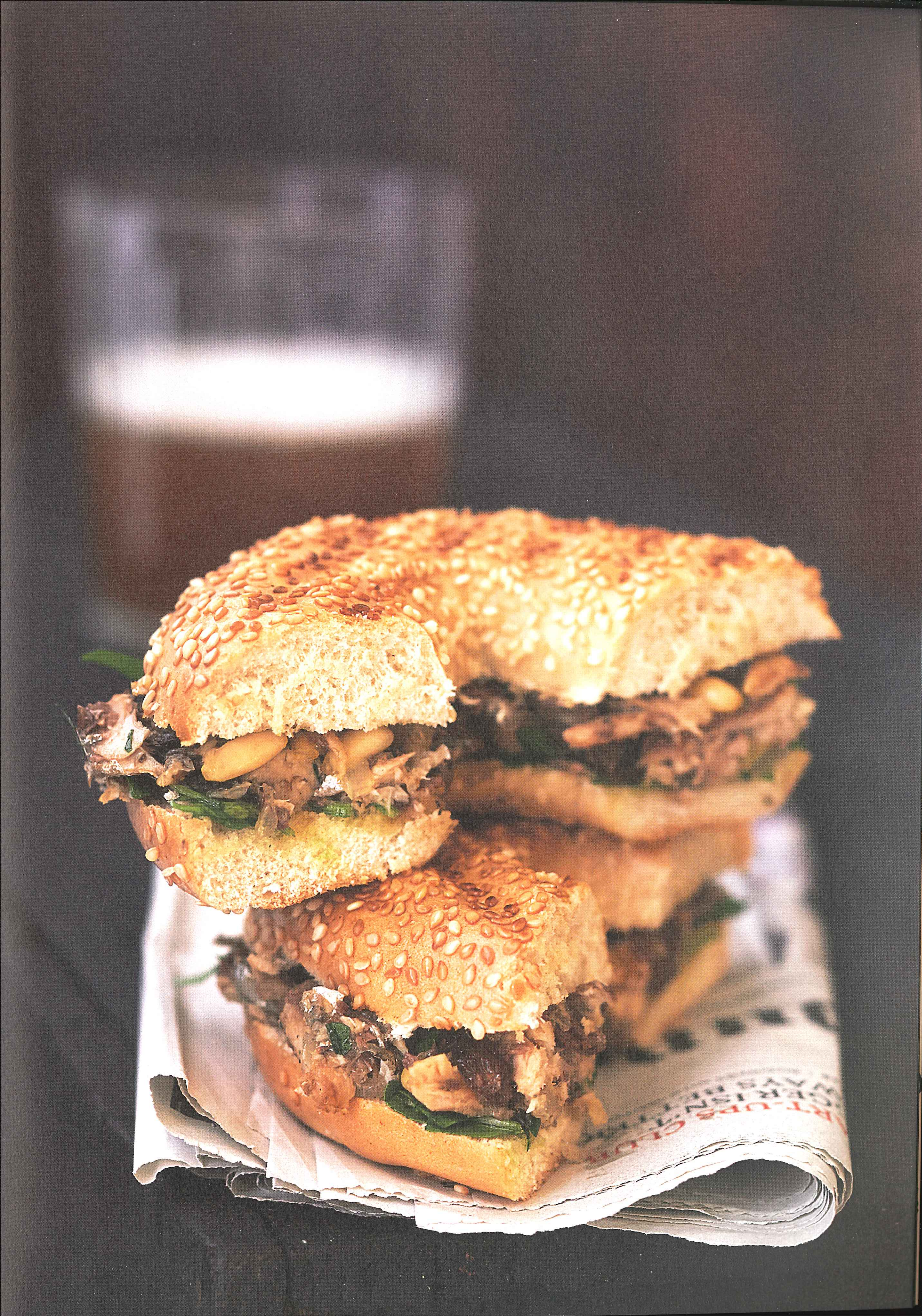
3 大平底鍋裡倒橄欖油，小火拌炒洋蔥 5 分鐘，加上松子再炒 3 分鐘，加入萊姆丁、葡萄乾、稍壓碎的沙丁魚。加鹽、胡椒、蜂蜜，再繼續拌炒 3 分鐘。離火，撒上香芹末混合。先放一邊。

4 預熱烤箱的烤架（或專門夾烤三明治的機器）。

5 芝麻菜稍微切一下。

6 貝果橫切開，下層鋪上芝麻菜，放上沙丁魚混合內料。蓋上麵包上層，輕壓一下。

7 貝果放上烤架烤 5-7 分鐘（或夾進烤三明治的機器）。立即享用。





甜漢堡！



WHOOPIE BURGER AU PRALINÉ

屋比派巧克力杏仁鮮奶油堡

準備時間：45 分鐘
冷藏時間：2 小時
烹煮時間：10-12 分鐘

材料：
製做 12 個屋比派的量

製作餅乾：
- 3 顆蛋
- 2 湯匙柳橙巧克力碎條
- 230g 麵粉
- 1 茶匙酵母粉
- 120g 放軟的奶油
- 2 湯匙裝飾用白糖霜
- 120g 細砂糖

製作鮮奶油醬：
- 200g 杏仁巧克力
- 150ml 液狀鮮奶油

製作芒果凍：
- 150ml 濃縮芒果汁
- 2 片吉利丁片

1 **準備果凍：**吉利丁片浸在冷水中 10 分鐘，軟化之後取出，在開小火的鍋子裡使之融化，加上芒果汁，攪拌均勻，倒在大平底盤上，覆蓋保鮮膜，冰箱冷藏 2 個小時。

2 **準備鮮奶油：**切碎巧克力，鍋中煮沸 50ml 液狀鮮奶油，加入巧克力，用很小的火煮，攪拌至巧克力融化，放涼。剩下的鮮奶油打發成固體鮮奶油，小心分次加入溶化的巧克力中，放入冰箱冷藏 2 個小時。

3 預熱烤箱 170℃（烤度 5-6）。

4 **製作餅乾：**沙拉碗裡混合奶油和砂糖，把蛋一顆顆分次加入，再放入麵粉和酵母粉，攪拌直到成為均勻的麵糊。

5 在鋪了烘培紙的烤盤上，以擠花筒擠出 24 個直徑 6-7cm 的圓麵糰，上面撒上巧克力碎條。入烤箱烤 10-12 分鐘。放涼。

6 果凍結成之後，小心切成比餅乾稍大一點的 12 片方塊（如同漢堡裡夾的起司片）。

7 在餅乾上塗上巧克力杏仁鮮奶油，鋪上 1 片芒果凍，再蓋上 1 塊餅乾，稍微輕壓。撒上糖霜，敬請享用。



AMARETTI BURGER AU CITRON

檸檬義大利杏仁餅漢堡

準備時間：30 分鐘
冷藏時間：2 小時
烹煮時間：12 分鐘

材料：
製做 6 個漢堡的量

製作義大利杏仁餅：
- 2 個蛋白
- 1 顆綠檸檬的皮切細
- 280g 杏仁粉
- 1 茶匙杏仁精
- 130g 白糖霜＋1 湯匙裝飾用

製作內餡：
- 1 顆翠玉蘋果
- 300g 馬斯卡邦起司
- 1 顆綠檸檬的皮切細
- 80g 白砂糖

製作柳橙果凍：
- 150ml 柳橙汁
- 2 片吉利丁片

1 **準備果凍：**吉利丁片浸在冷水中 10 分鐘，軟化之後取出，在開小火的鍋子裡使之融化，加上柳橙汁，攪拌均勻，倒在大平底盤上，覆蓋保鮮膜，冰箱冷藏 2 個小時。

2 預熱烤箱 180℃（烤度 6）。

3 **製作義大利杏仁餅：**沙拉碗中混合蛋白、白糖霜、杏仁粉。加上杏仁精、切細檸檬皮，攪拌成均勻的面糊。

4 在鋪了烘培紙的烤盤上，面糊分成 6 大圓坨，稍微輕壓讓它成為漢堡麵包的形狀。入烤箱烤 10-12 分鐘。放涼。

5 **準備內餡：**沙拉碗中混合馬斯卡邦起司、白砂糖、切細檸檬皮。蘋果洗淨，刨成絲放在另一個碗中（不必削皮）。

6 柳橙果凍結成之後，切成比義大利杏仁餅稍大一點的 6 片方塊（如同漢堡裡夾的起司片）。

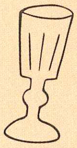
7 義大利杏仁餅小心橫腰切成兩半，下層鋪上蘋果絲，塗上馬斯卡邦起司泥，放上 1 片柳橙果凍，蓋上另一半餅乾。撒上糖霜，敬請享用。



搭配什麼酒？

傳統起司漢堡
> 隆河谷地葡萄酒（CÔTE-DU-RHÔNE）
> 啤酒

傳統美式漢堡
> 薄酒萊（BEAUJOLAIS）
> 啤酒



藍紋起司堡
> 卡奧爾紅酒（CAHORS ROUGE）

三層牛肉起司堡
> 希農紅酒（CHINON ROUGE）

德州風味墨西哥堡
> 朗克多克富爵紅酒（FAUGÈRES ROUGE DU LANGUEDOC）

貝庸火腿牛肉堡
> 呂貝宏丘紅酒（CÔTE-DU-LUBERON ROUGE）
> 隆河谷地紅酒（CÔTE-DU-RHÔNE ROUGE）

歐陸風味堡
> 索米爾－尚比尼紅酒（SAUMUR-CHAMPIGNY ROUGE）

東方風味堡
> 普羅旺斯粉紅酒（CÔTE-DE-PROVENCE ROSÉ）

生牛肉片烤蔬菜堡
> 邦多勒紅酒（BANDOL ROUGE）
> 科比埃粉紅酒（CORBIÈRES ROSÉ）

泰式風味堡
> 亞爾薩斯灰皮諾（ALSACE PINOT GRIS）
> 日本啤酒

山區漢堡
> 薩瓦區白酒（SAVOIE BLANC）
> 普羅旺斯白酒（CÔTE-DE-PROVENCE BLANC）

脆皮雞排堡
> 貝爾熱拉克紅酒（CÔTE-DE-BERGERAC ROUGE）

起司雞排堡
> 布露依紅酒（BROUILLY ROUGE）
> 薄酒萊鄉村紅酒（BEAUJOLAIS-VILLAGES ROUGE）

印度風味漢堡
> 安茹紅酒（anjou rouge）

腰果雞排堡
> 居宏頌白酒（JURANÇON BLANC）

酸甜豬排漢堡
> 亞爾薩斯黑皮諾紅酒（ALSACE PINOT NOIR ROUGE）

香腸培根早餐堡
> 貝爾熱拉克紅酒

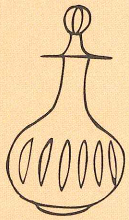
凱撒漢堡
> 普羅旺斯粉紅酒

義大利風味堡
> 胡西雍丘粉紅酒（CÔTES-DU-ROUSSILLON ROSÉ）

沙威瑪漢堡
> 優級波爾多（BORDEAUX SUPÉRIEUR）

油漬鴨腿堡
> 貝爾熱拉克紅酒
> 索米爾紅酒（SAUMUR ROUGE）

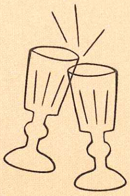
頂級鴨漢堡
> 吉恭達斯紅酒（GIGONDAS ROUGE）



坦都里雞肉堡
> 渥爾內紅酒（VOLNAY ROUGE）

檸檬香雞堡
> 布爾格伊紅酒（BOURGEUIL ROUGE）

羔羊烤肉堡
> 隆河谷地紅酒



豬豬漢堡
> 貝爾熱拉克紅酒
> 蘋果氣泡酒（CIDRE）

米蘭風味堡
> 胡西雍丘粉紅酒

蛋黃醬豬肉堡
> 科比埃紅酒（CORBIÈRES ROUGE）
> 黑啤酒

辛辣香腸堡
> 邦多勒粉紅酒（BANDOL ROSÉ）

鮮魚堡 & 薯條
> 啤酒

泰式鮮蝦堡
> 萊陽丘白酒（COTEAUX-DU-LAYON BLANC）

鮭魚堡
> 桑塞爾白酒（sancerre blanc）

烤鮪魚堡
> 桑塞爾白酒

黑橄欖醬沙丁魚堡
> 夜丘村莊白酒（CÔTES-DE-NUITS-VILLAGES BLANC）

炒蛋漢堡
> 麝香白酒（MUSCADET BLANC）

莫札瑞拉起司彩椒堡
> 夏布利白酒（CHABLIS BLANC）

蔬菜核桃堡
> 麝香白酒

傳統熱狗堡
> 啤酒

西班牙臘腸熱狗堡
> 馬迪朗紅酒（MADIRON ROUGE）

豬肉辣香腸熱狗堡
> 新薄酒萊紅酒（BEAUJOLAIS NOUVEAU ROUGE）

焗烤肉腸熱狗堡
> 蘋果氣泡酒
> 希農紅酒

辛辣香腸洋蔥熱狗堡
> 邦多勒粉紅酒

花生雞柳熱狗堡
> 朗克多克區紅酒（COTEAUX-DU-LANGUEDOC ROUGE）

培根雞蛋貝果
> 布露依紅酒

咖哩鮭魚貝果
> 亞爾薩斯麗絲玲白酒（ALSACE RIESLING BLANC）

火雞肉起司酪梨貝果
> 梅鐸紅酒（MÉDOC ROUGE）

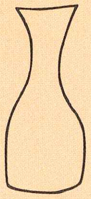
鴨胸起司貝果
> 安茹紅酒
> 蓋亞克紅酒（GAILLAC）

尼斯三明治貝果
> 普羅旺斯白酒

酸甜沙丁魚貝果
> 夏布利白酒

屋比派巧克力杏仁鮮奶油堡
> 韋薩爾特紅酒（RIVESALTES ROUGE）

檸檬義大利杏仁餅漢堡
> 韋薩爾特紅酒



對照量表！

液體

公制	美制	另稱
5ml	1 茶匙（法國稱 1 咖啡匙）	
15ml	1 桌匙（法國稱 1 湯匙）	
35ml	⅛ 杯（法國稱 1 咖啡杯）	1 盎司
65ml	¼ 杯或 ¼ 水杯	2 盎司
125ml	½ 杯或 ½ 水杯	4 盎司
250ml	1 杯或 1 水杯	8 盎司
500ml	2 杯或 1 品脫	
1 公升	4 杯或 2 品脫	

固體

公制	美制	另稱
30g	⅛ 盎司	
55g	⅛ 磅（lbs）	2 盎司
115g	¼ 磅	4 盎司
170g	⅜ 磅	6 盎司
225g	½ 磅	8 盎司
454g	1 磅	16 盎司

烤箱熱度

熱度	攝氏溫度	烤箱刻度	華氏溫度
微熱	70℃	刻度2-3	150°F
熱	100℃	刻度 3-4	200°F
	120℃	刻度 4	250°F
中度	150℃	刻度 5	300°F
	180℃	刻度 6	350°F
熱	200℃	刻度 6-7	400°F
	230℃	刻度 7-8	450°F
非常熱	260℃	刻度 8-9	500°F

感謝！

再次感謝 Mango 出版社的 Barbara 和 Aurélie，使這個精美的系列繼續增加新的作品。

感謝 Pierre-Louis，除了拍攝美美的照片之外，還品嚐了一堆我做的漢堡……弄得滿手醬汁 !!!

感謝好友 Gontran Cherrier —— 巴黎最好的麵包師傅，以及 Fred —— 諾曼地區孟朵市最棒的麵包師傅，他們美味的麵包成就了我的漢堡。同時也感謝 Yves Charles 借我他的一系列頂級刀具。這些刀具可在 www.couteau.com 網站上欣賞、購買。



Cíel
漢堡聖經
法國食譜天王53種必吃漢堡配方大公開！麵包、醬料、配菜到肉餡，讓你輕鬆享受Brunch

作者 瓦雷西・杜葉 Valéry Drouet
攝影 皮耶路易・威爾 Pierre-Louis Viel
譯者 嚴慧瑩
發行人 王春申
編輯指導 林明昌
營業部兼任編輯部經理 高珊
主編 許景理
責任編輯 黃馨慧
美術設計 吳郁婷
出版發行 臺灣商務印書館股份有限公司
231 新北市新店區復興路43號8樓
電話：(02)8667-3712
傳真：(02)8667-3709
讀者服務專線：0800056196
郵撥：0000165-1
E-mail：ecptw@cptw.com.tw
臉書：www.facebook.com.tw/ecptw
部落格：blog.yam.com/ecptw
網路書店：www.cptw.com.tw
網路書店臉書：www.facebook.com.tw/ecptwdoing

Burgers! by Valéry Drouet and Pierre-Louis Viel
Copyright © Mango Editions, Paris – 2013
Complex Chinese translation rights arranged through The Grayhawk Agency
Complex Chinese translation copyright © 2015 by The Commercial Press, Ltd.
All rights reserved.

局版北市業字第993號
初版一刷：2015年1月
初版四刷：2016年7月
定價：新台幣350元

ISBN 978-957-05-2963-0
版權所有・翻印必究

漢堡聖經：法國食譜天王53種必吃漢堡配方大公開！麵包、醬料、配菜到肉餡，讓你輕鬆享受Brunch／瓦雷西・杜葉（Valéry Drouet）著；皮耶路易・威爾（Pierre-Louis Viel）攝；嚴慧瑩 譯. -- 初版. -- 臺北市：臺灣商務, 2015.01 面；公分 --（Cíel）
譯自：BURGERS! [HOT-DOGS ET BAGELS ENTRE POTES]
ISBN 978-957-05-2963-0（平裝）

1. 速食食譜 2. 點心食譜

427.14 103017880


BURGERS! BURGERS!
RS! BURGERS!
BURGERS! BURGERS!
RS! BURGERS!
BURGERS! BURGERS!
RS! BURGERS!
BURGERS! BURGERS!
RS! BURGERS!
BURGERS! BURGERS!


BURGERS! BURGERS!
BURGERS!
BURGERS! BURGERS!
BURGERS!
BURGERS! BURGERS!
BURGERS!
BURGERS! BURGERS!
BURGERS!
BURGERS! BURGERS!

Ciel

my Life my Style



把托斯卡尼帶回家
享受義大利生活的美感

芙蘭西絲・梅耶思、愛迪・梅耶思／著
林淑娟／譯



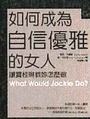
原來，幸福一直都在
只是我忘了品嚐

紅豆泥／著



把紐約名廚帶回家
波登的傳統法式料理

安東尼・波登／著　韓良憶／譯



如何成為自信優雅的女人
讓賈桂琳教妳怎麼做

雪莉・布蘭奇、蘇・卡拉威／著
林淑娟／譯



把米其林名廚帶回家
三星女主廚的法式料理

安蘇菲・碧克／著　賈翊君／譯



巴黎女孩的廚房探險

克蘿蒂・杜蘇里埃／著
李淑珺／譯



波登不設限

安東尼・波登／著
洪慧芳／譯



我在法國的歲月
名廚茱莉雅・柴爾德回憶錄

茱莉雅・柴爾德、亞歷斯・普魯道姆 ／著
彭玲嫻／譯



食在托斯卡尼
芙蘭西絲・梅耶絲的義大利廚房美食筆記

芙蘭西絲・梅耶思、愛迪・梅耶思／著
姚怡平／譯



文學的滋味

韓秀／著



茱莉雅的私房廚藝書
一生必學的法式烹飪技巧與經典食譜

茱莉雅・柴爾德、大衛・納斯鮑姆／著
王淑玫／譯



蔚藍海岸的藝術館之旅

李依依／著

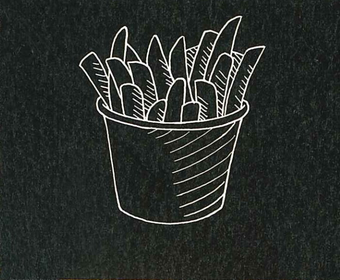
Burgers!

法國食譜天王 **瓦雷西**
以出版超過50本食譜的實戰經驗告訴你

漢堡不是速食！
漢堡非常健康！
漢堡一點都不油膩！

★涵蓋搭配漢堡的各式麵包、醬料及配菜作法★教你輕鬆做出可口誘人、變化萬千的漢堡肉餡★收錄53道的創意漢堡＆熱狗＆貝果菜單★羅列超簡單烹調步驟，廚房菜鳥也可以立刻變出美味漢堡★自己動手讓你吃得優雅、吃得健康、吃得安心



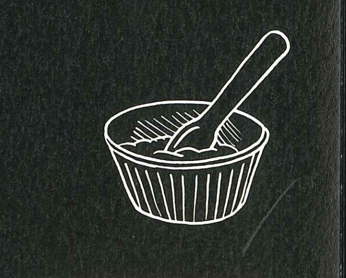
















ISBN 978-957-05-2963-0(427)
32123000 NT$350
臺灣商務印書館